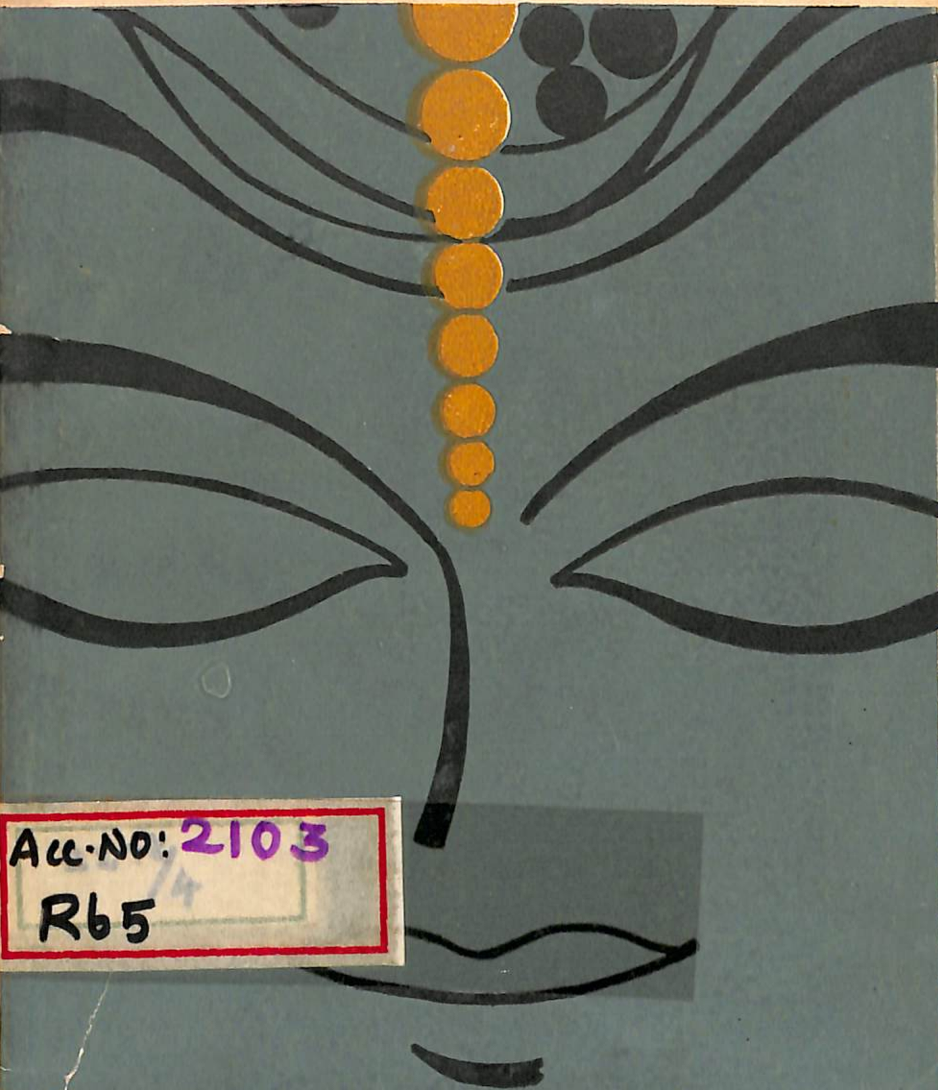
Koviloor Digital Library

வாழுங்கலை

டாக்டர்
தெ.பொ.மீனாட்சிசுந்தரனார்



Acc.No: 2103
R65

Koviloor Digital Library

Koviloor Digital Library

6-2

தெ. பொ. மீனாட்சிசுந்தரனார்

வாழுங் கலை

KOVILUR ADHEENAM
KOVILUR B. O.
(Via) MANAGIRI
RAMANATHAPURAM DIST.
PIN: 623 307

2103

சர்வோதய இலக்கியப் பண்ணை

மதுரை- 625001

1978.

1978 - 1.75.

Koviloor Digital Library

முதற் பதிப்பு: 1975

இரண்டாம் பதிப்பு: ஜுன் 1978

விலை: ரூ.1-75

வெளியிட்டோர்:

சர்வோதய இலக்கியப் பண்ணை
32/1, மேல வெளி வீதி
மதுரை-625001

அச்சிட்டோர்:

மீரா பிரிண்டர்ஸ்
276, வடக்குமாசி வீதி
மதுரை-625001

Koviloor Digital Library

6-2 34110

சர்வோதய இலக்கியப் பண்ணை

வாழுங் கலை

தமிழறிஞர்களில் மூத்த மேதையான
பேராசிரியர் டாக்டர் தெ. பொ. மீனாட்சிசுந்தரனார்
1901-ஆம் ஆண்டில் பிறந்தார்.
வரலாறு, அரசியல், பொருளாதாரம், சட்டம்
முதலிய துறைகளில் பட்டம் பெற்ற இவர்
இந்திய விடுதலைப் போராட்டத்தில் ஈடுபட்டுச் சிறைசென்றார்.
மகாத்மா காந்தியடிகளின் சீடர்.
ராஜாஜி, ஈ. வெ. ரா. பெரியார், கே. காமராஜ்,
எஸ். சத்தியமூர்த்தி, எஸ். சீனிவாச ஐயங்கார்,
சி. பி. ராமசாமி ஐயர், எஸ். ராதாகிருஷ்ணன்,
உ. வே. சாமிநாத ஐயர், மறைமலையடிகள், திரு. வி. க.
கோ. வடிவேல் செட்டியார், சுநித்குமார் சாட்டர்ஜி,
எமனோ, பர்ரோ, காத்ரே, பிலியோசாத் முதலிய
மேதைகளுடன் நெருங்கிய தொடர்புடையவர்.
தென்னகத்தில் ஒப்பிலக்கியத் துறைக்கு
தொ. பொ. மீ. வித்திட்டார்.
தமிழ் இலக்கியத் திறனாய்வை
அனைத்துலகத் தரத்திற்கு உயர்த்தினார்.
தமிழ், வடமொழி, ஆங்கிலம், பிரெஞ்சு உள்ளிட்ட
பல மொழிகளில் அறிஞரான இவர்
'பன்மொழிப் புலவர்'
எனப் பாராட்டப்படுகிறார்.
மொழியியல், சமயம், தத்துவம் உள்ளிட்ட
பல துறைகளில் மேதையான இவர்
'பல்கலைச் செல்வர்'
எனப் பட்டம் பெற்றார்.
தென்னக மொழியியல் துறையின் தந்தையான பேராசிரியர்
அனைத்துலக ஒருமைப்பாட்டுக்காக
அன்புள்ளமும் தொண்டுள்ளமும் கொண்டு
ஓய்வின்றிப் பாடுபட்டு வருகிறார்.
சீரிய கல்வி நிபுணரான இவர்
மகரிஷி மகேஷ் யோகியின் ஆழ்நிலை தியான முறை மூலம்
மனித மனத்தை உயர்த்தவும் புதிய யுகத்தைச் சிருஷ்டிக்கவும்
முயன்று வருகிறார்.

2103
R65

Koviloor Digital Library

Sarvodaya Ilakkiya Pannai
Collected works of
Prof. T. P. Meenakshisundaran
Volume I

VALUN KALAI (IN TAMIL)

(An Introduction to Transcendental Meditation)

சர்வோதய இலக்கியப் பண்ணை
பேராசிரியர் தெ. பொ. மீ. நூல்கள் வரிசை
தொகுதி—1

வாழுங் கலை

SARVODAYA ILAKKIYA PANNAI
Madurai- 625001, India
1978

Koviloor Digital Library

6-2

முன்னுரை

பாவாதீத தியானம் அல்லது பருப்பொருட்டான நிலைகளிலிருந்து கடந்து கடந்த நுண்ணிய நிலைகளையும் கடந்து அக்கறிவில் கரைந்துவிடும் வகையில் கடந்துசெல்லும் தியானமான கடைநிலைத் தியானத்தைப் பொதுமக்களுக்கு அறிமுகம் செய்வதே இந்தச் சிறு நூலின் நோக்கம். இதில் ஐயப்பாடுகள் எழுந்தபோது ஆசிரியருக்கு எழுதியருளினால் பின் வரும் நூல்களில் தெளிவாக எழுத வாய்ப்பு ஏற்படும். இந்த வகையில் ஒத்துழைத்துத் தமிழ் நாட்டில் இந்தக் கலைவளர எல்லோரும் ஒத்துழைக்க வேண்டும் என வணங்கிக் கேட்டுக்கொள்கிறேன். எல்லோரும் உய்ய, புத்துலகம் காணப் புறப்படுவோமாக!

இந்த நூலை பல இடத்தில் விளங்கவில்லை எனச் சிலர் கூறியதால் விளக்கமாகத் "தேனிப்பு" என்ற நூலை எழுதினோம். அதைப் படித்த பின் இதனைப் படிப்பது நல்லது.

இந்நூலை வெளியிடும் சர்வோசய இலக்கியப் பண்ணையின் அறங்காவலர் குழுவிற்கும் அச்சுப் பிரதிகளைத் திருத்திய திரு. வெ. பூமிநாதன் எம்.ஏ. அவர்களுக்கும் எனது வாழ்த்துக்கள், எல்லாம் அன்பின் வெற்றியே.

அன்பன்

தெ. பொ. மீ.

Koviloor Digital Library

உள்ளுரை

Koviloor Digital Library
KOVILUR ADHEENAM
KOVILUR B. O.
(Via) MANAGIRI
RAMANATHAPURAM DIST.

வாழுங் கலை

1. ஆக்கறிவியல்

ஆக்கறிவு – வெளியே:

எல்லாம் வளர்ந்து கொண்டேயிருக்கின்றன. உள்ளது சிறக்கும் பரிணாமத்தைப் (Evolution) பற்றி எல்லா விஞ்ஞானிகளும் பேசுகின்றார்கள். எங்குப் பார்த்தாலும் விஞ்ஞான நியதியின்படி ஒரு ஒழுங்கு முறை நிலவுகிறது. மேலும் மேலும் உள்ளது சிறக்க வளரும் நோக்கம் எங்கும் நமக்குத் தெரிகிறது. இத்தகைய ஒழுங்கும், நோக்கமும் தோன்றும் போது அதற்கு அடிப்படையாக அறிவுதானே இருக்க முடியும். இந்த அறிவு உலகினைச் சும்மா கிடக்கவிடாமல் மேலும் மேலும் வளர்ந்து கொண்டே அல்லவா உள்ளது. இப்படி ஒவ்வொரு விஞ்ஞானத் துறையினரும் காணும் உள்ளது சிறக்கும் பரிணமப் போக்கின்படி இது வளர்ந்து கொண்டே போவதால், புதிது புதிதாகப் படைத்துக் கொண்டே போகும் அறிவு அல்லது சுருக்கமாக ஆக்கறிவு (Creative Intelligence என்று இதனை வழங்கலாம். நம் அறிவு சிற்றறிவு; இது பேர் அறிவு.

உள்ளே:

இது வெளியில் மட்டுமா இருக்கிறது? நம்மிடத்திலும் கூடத்தான் இருக்கிறது. மனிதன் எண்ணுகின்ற பிராணி

Koviloor Digital Library

என்பதற்கேற்ப நாமும் எண்ணிக் கொண்டேயிருக்கின்றோம். எண்ண வேண்டுமென்றால் அதற்கு நம்மிடம் ஆற்றல் வேண்டுமல்லவா? குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே நாம் ஒவ்வொரு விநாடியும் 'எண்ணுப கோடியும் அல்ல பல'-என்று வள்ளுவர் பாடுவது போலக் கோடிக்கணக்காக எண்ணி வருகிறோம். இதற்கு எவ்வளவு ஆற்றல் வேண்டும்? எல்லையற்ற ஆற்றல் களஞ்சியம் வெளியே இருந்து நமக்குள் பாயாமல் நம் உள்ளுக்குள்ளேயே தானே இருக்க வேண்டும். இது ஒரு களஞ்சியம் மட்டுமா? இந்தக் கோடானுகோடி எண்ணங்களை ஒரே போக்கில் போக விடாமல் — ஒருபுறம் சந்திரன் பக்கம் — உடனே நம் வீட்டின் பக்கம்—பின் அமெரிக்காவின் பக்கம் —அடுத்துக் காப்பியின் பக்கம் எனத் திசை மாற்றி மாற்றி எண்ணி வருகிறோம் அல்லவா? இப்படி சுக்கான் பிடித்துத் திசை மாற்றுவ தென்றால் ஓர் அறிவுப் பொருள் வேண்டும். எல்லையற்ற எண்ணங்களை எல்லையில்லாமல் திசை மாற்றி வருவதால் இதற்கு வேண்டிய அறிவுக் களஞ்சியம் வெளியே இருந்து உள்ளே புகாமல் நம் உள்ளுக்குள்ளேயே விளங்க வேண்டும். இந்த அறிவுக் களஞ்சியமும் ஆற்றல் களஞ்சியமும் இன்பக் களஞ்சியமுமாக இருப்பது எது? அது தானே நாம் முன் கூறிய ஆக்கறிவு.

பிறப்புரிமையை இழத்தல்:

நம்முடைய பல வகையான விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிகளும், நுண் தொழில் ஆராய்ச்சிகளும் இதனைத் தான் அடிப்படையாகக் கொண்டு, அதிலிருந்து அவரவர்களுடைய பல பல துறைகளும் வளர்ந்த நிலையை ஆராய வேண்டுமல்லவா. ஆனால் அந்த அடிப்படையை—ஆணி வேரை மறந்து விட்டு எல்லாமொரு குப்பைக் கூளமாகக் கிடப்பது போல ஆராய்வதால் ஓர் ஒருமைப்பாட்டைக் காண முடியாது உலகம் அலைகிறது. சந்திரனில் போய் நடக்கத் தெரிந்து கொண்ட மனிதனும்கூட இந்த உலகில் வாடி வதங்குகிறான். வேருக்கு நீர் பாய்ச்சுவதை விட்டு இலைகளுக்கும் மலர்களுக்கும் நீர்

Koviloor Digital Library

பாய்ச்சினுல் சிறிது நேரம் இலையும் மலரும் நிறம் பெற்று விளங்கலாம்; ஆனுல் அவையும் கூடச் செழித்து வாழ முடியுமா? இதனுல் தான் ஆக்கறிவிேைடு ஒருங்கிணைந்து அதன் நியதிப்படியே சென்று அதற்கொரு தங்கு தடையும் ஏற்படாமல் வாழ்ந்தால் வாழ்க்கை ஈடன் தோட்டமாக. இன்ப நிலையமாக விளங்கும். விளங்க வேண்டுமென்பது தான் இயற்கையின் போக்கு. இன்பமே நம்முடைய பிறப் புரிமை. இதனை அறியாது அதைத் தடுத்து நிறுத்தும் பொழுது அந்தத் தடையை உடைக்கத் தானே ஆக்கறிவு முயலும். அப்போது ஈடன் தோட்டத்தின் சட்டத்தை மீறி, வேண்டாத மரத்தின் பழத்தை உண்டு துன்பத்தில் மூழ்குகிறோம். வாழ்க்கை ஒரு பெரிய போராட்டமாகிறது.

ஆக்கறிவியல்:

"இந்தத் துன்பம் நீங்க வேண்டுமானுல் ஆக்கறிவு எப்படி அடிப்படையாக அமைந்துள்ளது? அது எப்படி வளர்ந்து, பல பல விஞ்ஞானத் துறைகளாய் ஆராயும்படி ஓங்கியுள்ளது? அண்டமாய், உயிர்களாய்ப் பரிணமிக்கும் நுட்பந்தான் என்ன? அதன் இயல்பு என்ன? போக்கு என்ன? அதை அனுபவத்தின் மூலம் உணர்வதெப்படி? அப்படி உணர்வதால் என்ன பயன்? இந்த வகையான ஆக்கறிவு ஆராய்ச்சிக்கும் விஞ்ஞானத் துறைகளுக்கும் என்ன தொடர்பு?" இப்படியெல்லாம் விஞ்ஞான வழியாக மகரிஷி மகேசயோகி ஆராய்கிருர். இந்த ஆராய்ச்சியே அவர் கண்ட ஆக்கறிவியல் என்னும் விஞ்ஞானத் துறையாம் (Science of Creative Intelligence).

செயற்பாட்டு முறை:

இது வெறும் தத்துவப் பேச்சோ மதக் கொள்கையோ அல்ல. உருப்படியாகச் செயல்நிலைக்கு உதவவரும் ஒரு விஞ்ஞானமாகும். ஒவ்வொரு விஞ்ஞானமும் கொள்கை அள

Koviloor Digital Library

வில் நின்றுவிடாமல் அந்தக் கொள்கையின்படி செயற்பட்டு வருவதையும் காட்டுவதுபோல ஆக்கறிவியலுக்கும் செயல் பாட்டு நிலை ஒன்று உண்டு. அதுவே 'பாவாதீத தியான முறை'' ஒவ்வொருவனும் அன்றாட வாழ்வில் தன்னிடம் இயல்பாகவே கிடக்கும் ஆக்கறிவை உணர்ந்து முழுமையாக அனுபவித்து, தன் மன ஆற்றல், உடல் ஆற்றல், ஒழுக்க ஆற்றல், நெஞ்சாற்றல் முதலான எல்லாமனித ஆற்றலின் முழுநிறைவையும் இந்த தியானமுறையின்படி பெற்று அனுபவிக்க முடியும்.

நிறைமன அனுபவம்:

நம்முடைய மனமோ எல்லையற்ற ஆற்றலுடையது. ஆனால் அதிலே மிகமிகச் சிறிய பகுதியையே மனிதர்கள் பயன்படுத்த முடிகிறது. மிகுதி கிடக்கும் பெரும்பகுதியை நனவிலி மனமாகவிட்டு, பயன்படுத்த முடியாத நிலையில் அல்லற்பட்டு வருகிறோம். ஆனால் இந்த தியானமுறைப்படி முழுமனத்தையும் செயற்படுத்தி மனத்தின் முழு ஆற்றலையும் நாம் கையாள முடியும். இதற்கு என்ன செய்யவேண்டும்? பெரிய கட்டடம் கட்ட வேண்டுமானால் அதன் உயரத்திற்கேற்ப ஆழமாகக் கடைகால் போடுகிறோம். மரம் மேலோங்கி வளர வேண்டுமானால் அதற்கு வேரிலே நீர் பாய்ச்சுகிறோம். அம்பு முன்னேறிப் பாயவேண்டுமானால் அதை நாணேற்றி எவ்வளவுக்குப் பின்னிழுக்க முடியுமோ அவ்வளவுக்கு இழுத்து விடுகிறோம். நாம் உலகில் போடும் பெரிய திட்டமெல்லாம் நிறைவேற வேண்டுமானால் நம்முள்ளே ஆழ்ந்து கிடக்கும் எல்லையில்லாத ஆக்கறிவை நம்மனம் தொட்டுவிட்டால்தான் புறத்தே போய் வெற்றி பெறமுடியும். இப்படித் தொடுவது தான் 'பாவாதீத தியானம்,' இப்படி மனத்தின் பலவகை ஆற்றலும் தியானமுறையில் வளர்வதை உலகம் முழுதும் உள்ள முந்நூற்றுக்கு மேற்பட்ட ஆராய்ச்சி நிலையங்களும்

Koviloor Digital Library

தியானம் செய்வோரை சோதனை செய்து உண்மையென்று முடிவுகட்டி உள்ளன.

மன உடல் இணைப்பு :

மன ஆற்றல் மட்டும் போதுமா? உடல்நிலை கெட்டால் மன ஆற்றலும் கெடுகிறதல்லவா? எனவே, மனத்துக்கும் உடம்புக்கும் இணைபிரியாத தொடர்புண்டு. நன்றாகத் தூங்கி எழுந்தபோது உள்ள உடல் நலத்தால் மனநலம் அதனோடு விளங்கக் காண்கிறோம். அப்போது உலகமே இன்பமாகத் தோன்றுகிறது. சிறிய பூக்களும் பள பளக்கின்றன. புது நெறிச் சூழலோடு ஒன்றாகி விடுகின்றோம். படிப்பும் நன்றாக வருகிறது. அதாவது அறிவு தெளிவாக இருக்கிறது. குறும்புக் காரனிடம் கூட நகைகொண்டு அன்பாக நடந்து கொள்கிறோம். எனவே குணநலம் சிறக்கின்றது; ஒழுக்கம் உயர்கிறது; ஈரநெஞ்சு மலர்கிறது. சமுதாய உரிமைக்கும் அமைதிக்கும் வழி கோலுகிறோம். ஆனால் இதற்கு மாறாகத் தூக்கமின்றி அலைந்து எழும்போது இந்த நலமெல்லாமே கெடு கிறது: சுற்றுப்புறச் சூழலான உலகமே அழுது வடிகிறது; அறிவு தெளிவாக இல்லாமையால் எதையும் ஒருமுறைக்குப் பலமுறை படிக்க வேண்டியிருக்கிறது; விளையாடவரும் குழந்தைமீது எரிந்து விழுகிறோம்; எனவே உடல் நலமும் வேண்டும் என்பதாயிற்று.

பிறப்பின் அருமை :

மனிதப் பிறப்பே சிறந்த பிறப்பு, தேவர்களும் மனிதராகப் பிறந்தே முன்னேற வேண்டுமெனப் புராணங்கள் கூறுவதும் இதனாலேயே. மனிதப் பிறப்பின் சிறப்பென்ன? வேறு எந்த உயிர் இனத்துக்கும் இல்லாத வகையில் மூளை அமைப்பு — மூளை அமைப்புடன் கூடிய நரம்பு மண்டலம் - மனிதப் பிறவியில் தான் வளர்ந்துள்ளது. புத்தர், ஏசு, மகமது, நம்மாழ்வார், ஞானசம்பந்தர் போன்ற மெய்ஞ்ஞானிகள், நியூட்டன்,

Koviloor Digital Library

ஐன்ஸ்டைன், சாகர் போன்ற விஞ்ஞானிகள், கம்பன், காளி தாசன், ஷேக்ஸ்பியர் போன்ற பாவாணர்கள் - இப்படிப் பலப் பல துறையில் உயர்ந்தவர்களெல்லாம் ஒப்பில்லாத அனுபவத்தைப் பெற வந்ததற்குத் துணையாக நின்றது இந்த மனித நரம்பு மண்டலம் தான்.

அரிய பிறப்பு கெட்ட வழி :

ஆனால் நாம் ஏன் இந்த நரம்புமண்டலத்தைப் பெற்றிருந்தும் அப்படி உயரவில்லை? அதனைப் பாழ்படுத்தி விட்டதாலேயாம். எப்படிப் பாழ்படுத்திவிட்டோம்? பகலில் உழைக்கிறோம். புறத்திலிருந்து பலவகைத் தாக்கல்கள் எழுகின்றன இவற்றினாலெல்லாம் உடலில் கழிவுப்பொருள்களும், நச்சுப் பொருள்களும் நரம்புக் கோளாறுகளும் எழுகின்றன. இரவில் இயற்கையாகத் தூங்கும்போது இயற்கையன்னை இவற்றை யெல்லாம் நீக்கிச் சரிசெய்து விடுகின்றாள். ஆனால் ‘பகலில் உழைப்பது இரவில் களைப்பு நீங்க ஓய்ந்து தூங்குவது’ என்ற இயற்கைச் சந்தத்துக்கு மாறாகப் பல முறை இரவைப் பகலாக்குகிறோம். அப்போது கோளாறுகளை நீக்கிச் சரிப்படுத்த இயற்கைக்கு வாய்ப்பே கிடைப்பதில்லை. அதனால் இந்த நெருக்கடிகளும், கோளாறுகளும், நச்சுப்பொருள்களும், களைப்பும் மிகுகின்றன; நம் உடம்பை அடக்கியாளும் நரம்பு மண்டலத்தில் இவை அழுக்கு மூட்டையாகச் சேர்ந்து கொண்டே போகின்றன. நல்ல கண்ணாடியானாலும் அழுக்கு சேர்ந்தால் முகம் காட்டும் தொண்டை அது எப்படிச் செய்ய முடியும்? நரம்பு மண்டலமும் அழுக்கின்றி இருந்தால் உடல் நலம், மன நலம், குண நலம், சமுதாய நலம், உள அமைதி நலம் எல்லாம் விளங்கும். உள்ளுக்குள் உள்ள எல்லையில்லாத அறிவின்ப ஆற்றலும் அனுபவத்தில் வந்து தோன்றும். ஆனால் தாய் வயிற்றில் இருக்கும் போது முதலிலே நம்முடைய நரம்பு மண்டலம் கெட்டு மனித ஆற்றல் தெய்வ ஆற்றலாய்

Koviloor Digital Library

விளங்க முடியாது போகவே நாம் நோய்வாய்ப்பட்டு மனக் கோளாறு மிக்கு, உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்புக்கு அடிமையாகிக் குற்றங்களைச் செய்து அறிவிழந்து, அன்பிழந்து, இன்பத்தையும் இழந்து சுற்றுப்புறச் சூழலையும் பாழாக்கி, சமுதாய அமைதியும் உலக அமைதியும் குறைந்து வர, வழி கோலுகின்றோம். எனவே உலகத்தில் எழுகின்ற — தனிமனிதனை வாட்டுகின்ற — எல்லா குறைகளுக்கும் மூல காரணம் ஒன்றே ஒன்று நரம்புமண்டலக் கோளாறு ஒன்றே தான். அந்தக் கோளாறு இல்லையானால் உடல் நோயில்லை; பைத்தியமில்லை; சிறைச் சாலை இல்லை; போரும் இல்லை.

தீர வழி :

எனவே இந்தக் கோளாறெல்லாம் தீர வேண்டும். இது தீர வழி என்ன? நரம்புமண்டலத்திற்கு ஓய்வு தர வேண்டும். தூக்கமோ அன்றன்றைய பகலில் எழும் கோளாறுகளை மட்டுமே தீர்க்கும். எனவே அழுக்கு மூட்டைகளாக ஏறிய கோளாறுகள் தீர வேண்டுமானால் தூக்கத்தைவிட ஆழமான அமைதி வேண்டும்; நரம்புமண்டலம் தனது இயற்கைக்கேற்பத் தனது கோளாறுகளையும் நச்சுப்பொருள்களையும் வெளியே தள்ளித் தூய்மை நிலைமை அடையும். 'பாவாதீத தியானம்' இத்தகைய ஆழ்ந்த அமைதியைத் தருகிறது. அதுவே ஆழ்நிலைத் தியானம்.

Koviloor Digital Library

2. பராவாதீத தியானம்

அடயோகமும் ஞானயோகமும் :

எப்படித் தருகிறது? மனத்திற்கும் உடம்புக்கும் இணை பிரியாத தொடர்பு உண்டு. உடம்பைச் சரியாக்கினால் மனத்தைச் சரியாக்கலாம். இது தந்திர சாத்திரங்களில் கூறப் பெறுகிற அடயோகமுறை - குண்டலினி யோகமுறை. ஆனால் மனத்தைச் சரிப்படுத்தி உடலைச் சரிப்படுத்துவது மற்றொரு முறை. இது கீதையில் கண்ணன் கூறும் ஞானயோகமுறை, அடயோகமுறைக்கு ஆசிரியர் அருகிலிருந்து தீமை வாராது காக்கவேண்டும். மற்றதில் அப்படிப்பட்ட தீங்கொன்றும் நேர்வதற்கு வழி இல்லை. ஆதலால் அது எளியமுறை போலத் தோன்றுகிறது. மனத்தை அமைதியுறச் செய்ததும் அதனோடு தொடர்புடைய நரம்புமண்டலமும் அமைதி அடைவதால் முன் கூறிய நன்மைகளெல்லாம் விளைகின்றன.

சூட்சுமத்தில் இருக்கிறது மோட்சம் :

மனத்தை அமைதியடையச் செய்வது எப்படி? மனம் இயற்கையாகவே அமைதியின்பத்தைத் தேடித் திரிகிறது. குரங்குபோல அங்கும் இங்கும் துள்ளிக் குதிக்கிறது என்கிறோம். ஆனால் குரங்கு பழத்தை நாடி குதித்துத் திரிவது போல மனம் மேலும் மேலும் இன்பத்தையே தேடித் திரிகிறது. ஆனால் மேலான இன்பம் எங்கே இருக்கிறது? ஒன்று பார்க்கலாம்: தூலமான - பருப் பொருட்டான ஒன்றை விடச் சூட்சுமமான - நுண்பொருட்டான ஒன்று எல்லா வகையிலும் சிறந்ததாம். பாறைகளை உடைக்கும் வெடி குண்டை விட மிக மிக நுண்பொருட்டான அணுக்குண்டு எல்லையில்லாத ஆற்றலால் சிறந்து விளங்குகிறது. எனவே சூட்சுமமாகப் போகப் போக ஆற்றலும், இன்பமும், அறிவும் எல்லையில்லாதவாகும். எனவே மனம் பருப் பொருளான எண்ணங்களாக

Koviloor Digital Library

விளங்காமல் மிக மிகச் சூட்சுமமான எண்ணமாக இருக்கும் போது தான் எல்லையில்லாத இன்பத்தைப் பெறமுடியும். அது ஆக்கறிவு இருக்கும் இடத்தை நோக்கிப் போகும்போது தான் அத்தகைய இன்பம் பெறும். அதனை மேல் மட்டத்திலேயே இருத்தி எதனிடத்தில் ஒருமுகப்படுத்தினாலும் மனம் நுட்ப மான நிலைக்குப் போவதில்லை. பல பல வகையில் சிந்தனை செய்ய விட்டாலும், பாவனை செய்ய விட்டாலும் விஞ்ஞான ஆராய்ச்சி போல மேல்மட்டத்திலேயே எல்லையில்லாது நீந்திக் கொண்டேயிருக்குமே அன்றி மனம் கீழ் நோக்கி ஆழ்ந்து போகாது.

மனம் நுண்ணியதாகும் வழி :

அதனை ஆழ வைப்பது எப்படி? மனம் நம்முடைய ஐம் புலன்களைத்தான் எண்ணமாகக் கொண்டு அலைகிறது. அந்த எண்ணத்தை பருப் பொருள் நிலைமையிலிருந்து நுட்ப நிலைக்கு—நுண் நிலைக்குக் கொண்டு வரவேண்டும். ஐம்புலன் களில் ஏதாவது ஒன்றை இப்படிச் செய்யலாம். ஆனால் அப்படி எடுத்துக்கொண்ட பலவகையான எண்ணம் ஸ்தூலமாக இருந்து குறைந்து குறைந்து சூட்சுமமாக - நுட் பமாக ஒடுங்கி விடவேண்டும். ஐம்புலன்களில் ஒவ்வொன் றையும் இப்படி அருகிச் செய்ய முடியுமானாலும் கட்புல உருவையோ, மூக்குப்புல மணத்தையோ, வாய்ப்புலச் சுவையையோ, தோல்புல ஊற்றறிவையோ, இப்படி நுண்ணி தாக்கிக் கொண்டே போகப் பலருக்குத் தெரியாது. செவிப் புல ஓசையை மட்டுந்தான் குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து உரத்தும், ஆழ்ந்தும் எழுப்பவும் படிப்படியாக அதனைக் குறைந்து வரச் செய்யவும் பிறருக்கும் நம் காதுக்கும் கூடக் கேளாத வகையில் நுண்ணிய எண்ணமாகத் தேய்ந்து நிற்கவும் செய்து வர அறிந்துள்ளோம். அத்தகைய ஓசை யையே மனம் எண்ணமாக்கிக் கொள்ளும்படி செய்து விட்

Koviloor Digital Library

டால் மனம் அந்த ஓசை நுட்பமாகிக் கொண்டே வரும் போது தானும் நுட்பமாகி அடியில் இருக்கும் ஆக்கறிவில் மூழ்கி ஒன்றுகிவிடும்.

பொருளிலா ஓசை:

ஆனல் அந்த ஓசை பொருளுடையதானல் அந்த பொருளையே ஆராய்ந்து கொண்டு பருப் பொருளான மேல் மட்டத்திலேயே நீந்திக் கொண்டிருக்கும். எனவே மேல்வாரியாகப் பொருளே இல்லாத ஓசையைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். ஓசையே அலைவடிவானது. வானெலி முதலியவற்றின் வழியாக இந்த ஓசை சந்திரனிலும் கேட்டுத் திரும்புகிறதல்லவா. எனவே ஓசை அண்டத்தில் எங்கும் சென்று திரும்பி நம்மை வந்தடையும். எனவே இதுவும் அண்டம் முழுவதும் சென்று பின் நம்மையே திருப்பித் தாக்குகிறது எனலாம். ஓசைக்கும் ஆற்றலுண்டு. அந்த ஓசை நுண்ணிலை அடையும் பொழுது அணுக்குண்டு போல எல்லையற்ற ஆற்றலைப்பெறும். அந்த ஓசை நமக்கும் நம் சூழலுக்கும் நன்மையாக விளங்காத ஓசையானல் அது மிக மிக நுண்நிலை அடையும்போது நம்மையும் சிதைக்கும்; சூழலையும் சிதைக்கும். எனவே நமக்கும் சூழலுக்கும் மங்கலமாக அமையும் ஓசைகளையேதேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். ஆனல் பொதுவாக மங்கலமாக உள்ள ஓசை கூட ஒரு சில பழக்க வழக்கத்தால் ஒரு சிலருக்கு மன எரிவை உண்டாக்கலாம். ஆதலால் ஒவ்வொருவர் நிலையையும் அறிந்து அவரவர்களுக்கு ஏற்ற ஒலியைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

உமக்கேற்ற ஒலி:

இந்த ஒலிகளை ஆராய்ந்து மங்கல ஒலியென எப்படித் தேர்ந்தெடுப்பது? நல்ல காலமாக வேத காலத்திலிருந்து சில ஒலிகள் மங்கல ஒலிகள் என — நன்மை தரும் ஒலிகள் என அனு

Koviloor Digital Library

பவத்தில் அனுபூதிமான்களால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுத் தலைமுறை தலைமுறையாகக் கையாளப் பெற்று நமக்குக் கிடைத்திருக்கக் காண்கிறோம். இவற்றை அறிந்து ஒவ்வொருவரின் நிலைக்கேற்ப இவற்றில் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கும் முறையை, 'பாவாதீத தியான' முறையைப் பயிற்றுவிக்கும் ஆசிரியர்கள் தாங்கள் பயிற்சி பெறும் போதே மகரிஷியின் வழியே கற்று வந்துள்ளார்கள். தியானம் செய்யும் முறையையும் தங்கள் அனுபவத்தில் அறிந்தபடியும் ஆசிரியப் பயிற்சியில் கற்றபடியும் கற்பிப்பார்கள். அவர்களிடம் அவற்றை அறிந்து கொள்ளலாம்.

Koviloor Digital Library

3 குடியரசில் தியானம்

குழந்தையும் வழி காட்டும் :

உலகிலுள்ள அனைவரையும் தியானத்தில் ஈடுபடுத்த வேண்டுமென்றால் ஆயிரக்கணக்கான ஆசிரியர்கள் வேண்டும். மகரிஷியைப் போலப் பிரம்மானுபவம் பெற்றவர்கள் ஆயிரக் கணக்கில் கிடைக்க முடியுமா? எனவே குருமார்களையன்றி வழிகாட்டிகளையே நாம் நம்ப வேண்டும். கல்லூரிக்கே போகாதவன் கல்லூரியின் இன்பத்தை அறியாதவன் ஒரு சிறு குழந்தையாக இருக்கலாம். ஆனாலும் கல்லூரிக்கருகே வாழ்வதால் கல்லூரி எங்கே என்று கேட்டதும் அதற்கு வழி காட்டுவான். கல்லூரியில் மேல் வகுப்பில் படிக்கப் போகின்றவர்களுக்கும் பாலர் இல்லத்திலும் படியாத இவன் வழி காட்டலாம். அது போலத்தான் மகரிஷி வழியே பயிற்சி பெற்றவர்கள் பிரம்மானுபவம் பெறாதவர்களாய் இருந்தாலும் வழி காட்ட முடியும்,

செலவு :

இத்தகைய வழிகாட்டிகள் சிறந்த கல்வியுடையவர்களாக (M. A., M. Sc., Ph. D., B. E., M. B B. S., etc.) இருந்தால் தான் சரியான வழிகாட்டிகளாக அமைவதோடு தியான முறையைப் பரப்பும் இந்த இயக்கத்தை அங்கங்கிருந்து சரிவர இயக்கி வர முடியும். இவர்கள் துறவிகள் அல்லரே. பிற துறையில் இவர்கள் சென்றிருந்தால் அவர்களுக்குக் கிடைக்கக் கூடிய ஊதியத்தை இங்கேயும் தர வேண்டுமல்லவா? இந்த ஊதியச் செலவுக்கும், பிற செலவுக்கும் பணம் வேண்டும்.

வரவு :

குடியரசில் வாழ்கிறோம். ஆதலின் ஒவ்வொருவருமே

Koviloor Digital Library

இந்தச் செலவுக்கெல்லாம் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ள வேண்டுமேயன்றி முன்போல் அரசரையோ சமயத் தலைவரையோ பிற புரவலரையோ நம்பியிருக்க முடியாது; நம்பவும்கூடாது. எனவே அறநிலையச் சங்கமாகப் பதிவு செய்து கொண்டு தொண்டாற்றவேண்டும். பாவா தீத தியானம் செய்துகொள்ள வருவோர் நன்கொடையாகத் தருவது கொண்டே இந்தச் செலவுகளுக்கு வழிசெய்து இயக்கத்திற்கு வெற்றி தேட வேண்டும்.

உண்மைச் சுயராச்சியம் :

குடியரசில் அல்லவா வாழ்கிறோம்? குடியரசில் ஆழ்ந்த நம்பிக்கையுள்ளவர் மகரிஷி. ''எல்லாரும் ஓரினம், எல்லாரும் ஓர் நிலை, எல்லாரும் இந்நாட்டு மன்னர்'' என்று பாரதி பாடியது தான் குடியரசின் தத்துவம். அங்கேதான் உண்மையான சுயராச்சிய சித்தி உண்டு என்று மகரிஷி உணர்ந்தவர்.

எல்லோருக்கும் உரிமை :

ஒரு நாடா? அண்டங்களெல்லாமே நமது நாடு. எல்லாரும் பிரும்மானுபவத்தை அனுபவிக்கத்தான் பிறந்திருக்கிறோம். ஒரு சாதிக்கோ ஒரு நாட்டுக்கோ ஒரு மதத்துக்கோ ஆணுக்கோ பெண்ணுக்கோ இளைஞனுக்கோ முதியவருக்கோ ஏழைக்கோ செல்வனுக்கோ அறிவாளிக்கோ முட்டாளுக்கோ இதில் தனி உரிமை இல்லை. இந்த வேற்றுமை இல்லாமல் எல்லோருக்கும் உரியதாய் எல்லோருக்கும் நடு நின்ற நடுவாய் நிற்பது அது. அதனை பலவகையாய்க் கட்டுப்படுத்தி மறைத்து வைக்க முயன்றவர்கள் பலர். ''நான் நரகம் போனாலும் இந்த மந்திரத்தைக் கேட்ட எல்லோரும் வைகுந்தம் போகட்டும்'' என்று கோபுரத்தின் மேலேறி ஞானத்தை வாரிவழங்கிய இராமானுசர் போல மகரிஷி அவர்கள் வீண் கட்டுப்பாட்டையெல்லாம் அறுத்தெறிந்து உலகிலுள்ள ஒவ்வொருவருக்கும் இதனை வாரி வழங்க

Koviloor Digital Library

வேண்டுமென உலகத்திட்டம் தீட்டியுள்ளார். இது தான் ஆன்மீய உலகில் குடியரசு; உலகை எல்லாம் ஒன்ருக்கும் குடியரசு.

நிலைத்து நிற்க வழி :

இதனைக் குடியரசு முறையில் தானே நாம் நம் முறையைக் காத்து வர வேண்டும்? பிறர் கையையோ பிற நாட்டினையோ எதிர் பார்த்தல் கூடாது. நாம் ஒவ்வொருவரும் ஒரு கைப்பிடி போட்டால் போதும். வாழ்நாளில் ஒரு முறைதானே தியானஞ் செய்யத் தொடங்கும் போது அதற்கென நன்கொடை வழங்கப் போகிருேம். அதனுல் வரும் நன்மையைக் கருதும் போது என்ன கொடுத்தால் தான் ஆகாது. அந்தக் கணக்கு வழக்கும் நாம் வரையறுத்த திட்டந்தானே. யாரோ வேறு ஒருவர் போடும் வரியல்லவே. இந்த வழியாகத் தான் குடியரசில் தியானம் நிலைத்து நிற்க முடியும்.

பழமையே புதுமை:

'பாவாதீத தியானம்' புதிய பெயராஞலும் பொருள் என்னவோ பழையது தான்! இந்திய நாட்டின் தலைமுறைச் சொத்து! பழைய ஞான முறையை புதிய விஞ்ஞான முறைப்படி விளக்கி இந்நாளைய உலகிற் கேற்ப ஒழுங்கு செய்து அதை உலகெங்கும் பரப்பும் பெருமை மகிரிஷி மகேச யோகியையே சாரும், ஆதி சங்கரர் தம்முடைய அன்புக்குரிய தோடகாச்சாரியார் வழியே வடக்கில் நிலைநாட்டிய ஜோதி மடத்தின் தலைவராக 1954 வரை வீற்றிருந்த ஸ்ரீ பிரும்மானந்த சரஸ்வதியின் அருளே இப்படியெல்லாம் செய்கிறது என்று அப் பெரியாரின் உண்மைச் சீடரான மகரிஷி அவர்கள் உள்ளூர எண்ணி மகிழ்கிருர். 'ஜெய குருதேவ்' என்பதே அவருடைய கையொப்பம்.

Koviloor Digital Library

எல்லோரும் ஈடுபடல்:

ஜெய குருதேவரின் அருளால் இப்போது ஏறக்குறைய இருபது லட்சம் பேர் இந்தத் தியானத்தில் உலகெங்கும் ஈடு பட்டு வருகிறுர்கள். மாதந்தோறும் பல்லாயிரம் பேர்கள் இந்தத் திருக்கூட்டத்தில் சேர்ந்து கொண்டே வருகிறுர்கள். விண்வெளிப் பயணத்தின் வழியே சந்திரனில் சென்று நடந்த வீரர் ஒருவரும் இத்திருக் கூட்டத்திலிருக்கிறுர். நோபல் பரிசு பெற்ற இளைய விஞ்ஞானி ஒருவரையும் அங்கே காண லாம். நோபல் பரிசிளைப் பெறப் போகும் பலரும் கூட அங்கே காட்சியளிக்கிறுர்கள். எத்தனை எத்தனை துறைகளில் வெற்றி பெற்றவர்களெல்லாம் அங்கே தோன்றுகிறுர்கள்! தொழில் துறைத் தலைவர்களும் செயலாட்சித் துறைத் தலை வர்களும் அவர்கள் கீழ்ப் பணிபுரிபவர்களும் தொழிலாளி களும் பாவாதீத தியானத்தின் சிறப்பைத் தாம் அனு பவித்து உயர்ந்தோங்கிப் பலவகையில் பாடுகின்றுர்கள்.

குற்றம் ஒரு நோய்:

சிறைப்பட்டவர்கள் இதனுல் நல்லவர்களாகத் திருந்தி விடுவதால் அவர்களிடமெல்லாம் இதனைப் பரப்புவதற்குப் பல பல நாட்டுத் துரைத்தனங்கள் இடங்கொடுத்து உதவு கின்றன. அமெரிக்க நீதிமன்றத்தில் குற்றவாளியாக நின்ற ஒருவன், வழக்கை ஆராயச் சில மாதங்கள் ஆன போது அவன் பாவாதீத தியானத்தைக் கைப்பற்றி முழுவதும் மாறி நல்லவனுகி விட்டதைக் குற்றஞ் சாட்டிய துரைத்தன வழக் கறிஞரே ஒப்புக் கொண்டதால், அந்தக் குற்றவாளி பாவாதீத தியான நிலையத்துக்கு நாலாண்டு வரை சென்று வர வேண்டு மெனத் தீர்ப்பளித்தாராம் நீதிபதி. இதுவல்லவோ நீதி? நரம்புக் கோளாறுல் குற்றவாளியாகி விட்டவர்களைச் சிறை யில் அடைப்பது ஒரு அநாகரீகக் கொடுமை. பாவாதீத தியானத்தின் வழியே கோளாறைத் தீர்ப்பதே சரியான நீதியாகும்.

Koviloor Digital Library

செல்வம் திரளும் வழி:

செல்வங் கொழிக்கும் நாடுகளிலும், வாழ்வோ, இளைஞர்களுக்கும் சலித்துப் போகிறது. இந்தச் சோர்வு நீங்க குடிக்கின்றார்கள்; புகை பிடிக்கின்றார்கள்; L. S. D. மாத்திரை சாப்பிடுகின்றார்கள். மேலும் மனம் சிதைகிறது. நாடு என்னாகும்? துரைத்தனத்திற்கே இது பெரிய தலை நோய். இதனைப் பற்றி ஆராயத் துரைத்தனம் ஏற்படுத்திய அறிஞர் குழு, பாவாதீத தியான முறையே சிறந்ததெனக் கண்ட போது, துரைத்தனம் மானியம் வழங்கி, இதனைப் பயிற்றுவித்தற்கு ஆசிரியர்களுக்குப் பயிற்சி தர உதவுகிறது. அலுவலில் சலிப்பின்றி மகிழ்ச்சியோடு தொண்டாற்றி, ஆக்க நிலை அறிவின் முழுப் பேற்றையும் பயன்படுத்தி, தொழிலையும் நாட்டையும் முன்னுக்குக் கொண்டு வருவதற்கு இந்தத் தியானமே சிறந்த வழி எனக் கண்ட பல தொழில் நிலையங்களும், தங்கள் தொழிலாளிகளுக்கும் இயக்குநர்களுக்கும் அலுவலர்களுக்கும் இந்தத் தியான முறையைப் பயிலும் வாய்ப்பினை ஏற்படுத்திக் கொடுத்து அதற்கு வேண்டிய செலவை யெல்லாம் தாமே ஏற்றுக் கொள்ளுகின்றன. அமெரிக்காவில் ஒருவருக்குத் தியான முறையைப் பயில்வதற்கு நூற்று இருபத்தைந்து டாலர் நன்கொடை அளித்தல் வேண்டும். அப்படியானால் தொழில் நிலையத்தில் உள்ளவர்களெல்லாம் தியானம் பயில என்ன செலவாகும்? நம்மால் நினைத்துக் கூடப் பார்க்க முடியவில்லை. எல்லோருக்கும் இதனால் பெருஞ் செல்வம் திரளுவதால் இவ்வளவு செலவையும் ஏற்றுக் கொள்ளுகிறார்கள் முதலாளிகள்.

துரைத்தனத்தாருக்கு :

துரைத்தன அதிகாரிகளுக்கும் இந்தத் தியானமுறை நன்மை பயந்து நாட்டுக்கே உயர்வினைத் தேடுகிறது. கனடா நாட்டின், அரசு இதனை அறிந்து, தங்கள் உயர்நிலை அதிகாரி

Koviloor Digital Library

கள் இந்தத் தியான முறையைப் பயில வேண்டுமென விரும்புகிறது. அதற்கான பயிற்சித் திட்டத்தையும் உருவாக்கியுள்ளது.

தியானமும் ஒரு பாடம் :

இந்தத் தியான முறையால் மாணவர்களது அறிவு அளவின்றிப் பெருகுவதோடு அவர்களது முழு ஆளுமையும் சிறந்து விளங்குகிறது என்று உயர் நிலைப் பள்ளியிலும் சோதனை செய்து கண்டார்கள். அதனால் அங்குள்ள மாணவர்களெல்லாம் இந்தத் தியான முறையைப் பயில்வதற்கேற்ற வசதிகள் பெற்று உயர்ந்து வருகிறார்கள். அதோடு ஆக்கறிவியல் என்ற விஞ்ஞானத்தைப் பாடமாகப் பல பல பல்கலைக்கழகங்களும், உயர்நிலைப் பள்ளிகளும், அமெரிக்கா, கனடா, இங்கிலாந்து, சுவீடன், ஹாலந்து முதலிய நாடுகளிலெல்லாம், ஒப்புக் கொண்டு கற்பித்து வருகிறார்கள். இத்தகைய முயற்சியை மதுரைப் பல்கலைக் கழகமும் செய்து வருகிறது.

கல்வி சிறக்கும் வழி :

மகரிஷியின் அனைத்துநாட்டுப் பல்கலைக்கழகம் அமெரிக்காவில் ஏற்பட்டுள்ளது. அது வந்தவர்களைத் திறமையொன்றும் பார்க்காமல் இடமிருக்கின்ற வரையில் சேர்த்துக் கொண்டு வருகின்றது. ஆனால் அவர்கள் ஒவ்வொருவரும் பாவாதீத தியானத்தை நாள் தோறும் செய்வதோடு மூன்று மாதத்தில் ஒரு மாத அளவு ஆழ்ந்த நெறித் தியானத்தையும் செய்து வருவதால் மனம் அகன்று அறிவு பெருகி நின்று, பிற பல்கலைக்கழக மாணவரைவிடச் சிறந்து விளங்குகின்றார்களாம். அதுமட்டுமல்ல, மற்ற பல்கலைக் கழகங்களில் முதலாண்டில் மாணவர்கள் ஒரு சில துறையே பயின்று வரும்போது மகரிஷி அனைத்து நாட்டுப் பல்கலைக்கழகத்தில் பயிலும் மாணவர்கள் இருபத்து நாலு துறையினையும் விரும்பிப் பயின்று தேர்ச்சி பெறுகிறார்களாம். இந்த விந்தை நிகழ்வது பாவாதீத

Koviloor Digital Library

தியானத்தினாலேயே ஆகும். இங்கே ஆசிரியர்களும் பாவாதீத தியானம் செய்பவர்கள். இந்தப் பல்கலைக்கழகங்களில் மாணவருக்கும் ஆசிரியருக்குமிடையே நெருக்கடி ஒன்றும் எழுவதில்லை. எல்லோரும் மகிழ்ச்சி பொங்கும் அன்புக் குடும்பமாக அறிவாராய்ச்சியில் ஈடுபட்டு இருப்பது பிற பல்கலைக் கழகங்களில் காணாத ஒரு புதுமையேயாம்.

தியானமே மருத்துவம் :

உடல் நோய், மனநோய் என்ற இவற்றைத் தீர்க்கும் மருத்துவ நிலையங்களிலும் பாவாதீத முறை கையாளப் பெறுகிறது. பின் விளைவாகக் கேடுகள் ஒன்றும் எழாதபடி இரத்த அழுத்தம், மனக்கோளாறு முதலியவற்றைத் தீர்க்கும் வழி பாவாதீத தியானமுறை ஒன்று தானும் மனநோய் கொண்டவர்கள் மாத்திரை முதலியவற்றை உட்கொள்ளுவதை ஏதோ ஒரு அடிமைத்தனம் என வெறுத்து, இந்தத் தியான முறையால் தன்னம்பிக்கை பெற்று, தாமாகவே வாழ இது வழி காட்டுகிறது என்று கருதி இதனையே பின்பற்ற விரும்புகிறார்களாம்.

வீரருக்கு :

அமெரிக்கப் படை வீரர்கள் கற்கும் கல்லூரியின் தலைவர் பாவாதீத தியானமுறை தம் ஆளுமையை முழுவதும் நல்வழியில் மாற்றியதை வாயாரப் புகழ்ந்து படை வீரர்களிடம் ஏற்படும் பல குறைபாடுகளை நீக்குவதற்கு இதுதான் ஒரு வழி எனச் சுட்டிக் காட்டுகின்றார். அணிவகுப்புக்குள் இதை நுழைக்க முடியாதாகையால் படை வகுப்புக்கள் இருக்குமிடத்திற்கு அருகே பாவாதீத தியான நிலையங்கள் அமைத்து அவர்களுக்கெல்லாம் வாய்ப்பினை அளிக்க வேண்டுமென்று அவர் மனதாரக் கருதி அதற்காக உழைத்து வருகின்றார்.

Koviloor Digital Library

நாம் தனித்து நிற்க வேண்டுமா?

இப்படி எத்தனை எத்தனையோ நன்மைகள், எல்லாத் துறைகளிலும், உலகெங்கும் எழுந்து வளர்கின்றன. நம் நாடு பின் தங்குவானேன்? நாம் ஏன் பின் தங்குதல் வேண்டும்? பாவாதீத முறையை இன்றே பயிலத் தொடங்குவது தான் நமக்கு உரிமையும் கடமையும் ஆம்.

அந்த உலகத் திட்டமென்ன?

உலகினரெல்லாம் பாவாதீத தியானத்தின் பயனைப் பெற உலகத்திட்டமொன்று வகுத்துள்ளார். மூவாயிரத்து அறுநூறு உலகத்திட்ட நிலையங்களில் அறுநூறு நிலயங்கள் இந்தியாவில் எழ வேண்டும். அதற்காக மகரிஷி இப்போது முயன்று வருகிறார். நாமும் பயன் பெறுவோமாக.

KOVILUR ADHEENAM
KOVILUR B. O.
(Via) MANAGIRI
RAMANATHAPURAM DIST.
PIN: 623 307

Koviloor Digital Library

4. எல்லாச் சிக்கல்களும் தீர ஒரே வழி

I

தனி மனிதனின் சிக்கல்கள்:

உலகில் பலப்பல சி க் க ல் க ள் ஏன் தோன்றுகின்றன? அவற்றைத் தீர்க்கும் வழி என்ன? தனிமனிதன்தன் முழு ஆற்றலையும் வளர்க்க வேண்டும். அதுதானே நம் விருப்பம். இந்த விருப்பம் ஏன் நிறைவேறவில்லை? இங்கே எழும் சிக்கல்கள் என்ன?

1. வலுக் குறைவுச் சிக்கல்:

நரம்புக் கோளாறுகளும் மனக் கோளாறுகளும் ஏமாற்றமும் துயரமும் எழுவதற்குக் காரணமே நம் வலுக்குறைவு; இதனால் எழுகின்ற சிக்கல்கள் பல.

காரணம்.

இவற்றின் காரணமென்ன? நம் மனத்தின் ஆற்றல் அளவற்றுக் கிடக்கின்றது. ஆனால், நூற்றுக்குப் பத்தோ, பதினைந்தோ விழுக்காடு தான் நம்மில் சிறந்தவர்களும் பயன் படுத்துகிறார்கள். ஆக்கறிவை முழுமையும் பயன்படுத்த முடியாமையால்தான் ஆற்றலற்று மெலிந்து கிடக்கிறோம்.

தீரும்வழி:

இச் சிக்கல்களைத் தீர்க்கும் வழி என்ன? நமக்குள்ளேயே உள்ள அறிவின்ப ஆற்றல் களஞ்சியத்தை முழுமையாகப் பயன்படுத்தினால் இந்த மெலிவு தீரும். உள்ளேயே கிடக்கின்ற ஆக்கறிவை நம் அனுபவத்தில் உணரும் போது தான் அது கைகூடும். பாவாதீத தியானமே இதற்கு வழி கோலுகிறது.

அதிகாரச் சிக்கல்:

அதிகாரத்தால் எழும் சிக்கல்கள் பல.

Koviloor Digital Library

காரணம்:

இவை எழக் காரணமென்ன? ஒரு படித்தாக எல்லாத் துறையிலும் அல்லாமல் அங்கே சிறிதும் இங்கே சிறிதுமாக நம் ஆற்றல் வளரும்போது, பிறரோடு ஒத்துப்போகும் ஒப்புரவை முழுவதும் உணர்ந்து மதிப்பிட்டுச் செயலாற்ற முடியமல் போவதாலேயே அதிகாரத்தின் பயனுகச் சிக்கல்கள் எழுகின்றன.

தீரவழி:

இவை தீர வழி என்ன? கூரிய அறிவும் ஈரியநெஞ்சும் ஒரே சமயத்தில் ஒரு படித்தாக வளர்ந்தால் தான் அவற்றின் குணங்களெல்லாம் ஒன்றுக்கொன்று மாறுபாடின்றி ஒருமைப் பட்டு விளங்க இடமுண்டு. நம்முள்ளே கிடக்கும் தூய ஆக்கறி வின் எல்லையை உணர்ந்து, அதனை அனுபவித்து அறியும் போது தான் அறிவும் நெஞ்சும் இப்படி ஒருமித்து வளர வழி யுண்டாகும். இப்படி அனுபவித்து அறிவது பாவாதீத தியானத்தாலேயே எளிதில் கிடைக்கிறது.

3. முடிவிலாச் சிக்கல்கள்:

நம் தனி வாழ்வில் ஒரு சிக்கலின் பின் மற்ருெரு சிக்க லாகத் தொடர்ந்து வந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

காரணம் :

இதன் காரணம் என்ன? அறியாமையே - சிக்கல்களுக் கெல்லாம் வேரைக் கவனித்து அறிந்து கொள்ளாமையே — காரணமாம்.

Koviloor Digital Library

தீரவழி :

தீரவழி என்ன? ஆக்கறிவு முழுமையையும் பயன் படுத்தும் நிலைவந்தால் நம் ஒவ்வொருவரிடமும் உள்ள திறமை — சிக்கல்களையெல்லாம் தீர்க்கும் திறமை - வீறு பெற்று எழும். இப்படித் திறமை உயிர்பெற்று எழுவதும் பாவாதீத தியானத் தால்தான்.

4. உடல் - மனக்கேடு :

உடல் வலியும் மனவலியும் குறைந்து உடல் நலம் கெட்டு வருந்தும் வகையாக எழுகின்ற சிக்கல்கள் பல.

காரணம் :

இதற்குக் காரணமென்ன? இயற்கை நெறியைப் பின் பற்ருததனுல் நரம்புமண்டலத்தில் நெருக்கடிகளும் கோளாறு களும் அன்றன்று தீராமல் சுமையாக ஏறிக்கொண்டே போகின்றன. அதனுல் நரம்புமண்டலம் ஆற்றலற்றுப் போகிறது. மனக்கோளாறுகள் இதனுல் எழுகின்றன.

தீரும் வழி :

இந்த நெருக்கடிகளும் கோளாறுகளும் களைப்பும் நீங்க வேண்டுமானுல் நரம்பு மண்டலத்துக்கு ஆழ்ந்த அமைதி தரு தல் வேண்டும். இதுவும் பாவாதீத தியானத்தாலேயே ஆகும்.

II

துரைத்தனச் சிக்கல்கள் :

துரைத்தனம் :

நம்முடைய துரைத்தனத்தின் சாதனைகள் திருந்தி வளர்ந் தோங்க வேண்டும் என விரும்புகிரேம். ஒவ்வொரு நாடும் எவ்வளவோ முன்னேறி இருக்கின்றது. இருந்தாலும் பல

Koviloor Digital Library

வகைச் சிக்கல்களைத் தீர்க்காமலே வாழ்ந்து வருகின்றது. இந்தச் சிக்கல் உள்நாட்டுச் சிக்கல் ஆகலாம். வெளிநாட்டுச் சிக்கல் ஆகலாம்.

உள்நாட்டுச் சிக்கல் - காரணம் :

உள்நாட்டுச் சிக்கல்களுக்குக் காரணம் என்ன! குடிமக்களின் தேவைகளோ பலப்பல. அவை வேறுபட்டும் மாறுபட்டும் கிடக்கின்றன. இவற்றையெல்லாம் திருப்திப்படுத்திக் காப்பாற்ற வேண்டும். இவற்றையெல்லாம் ஒன்றுக்கொன்று முரண்பாடின்றிச் சமுதாயத்தின் முன்னேற்றம் குறித்து ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும். ஆனால், இவை எளிதில் முடிவன அல்ல. இதற்கு, ஏற்ற திறமையோ, ஆற்றலோ இல்லாமைதான் உள்நாட்டுச் சிக்கல் பலவற்றுக்கும் காரணமாம்.

வழிவகை :

இந்த ஆற்றல் வளர என்ன செய்யலாம்? சமுதாயத்தில் உள்ள ஒவ்வொருவரிடமும், துரைத்தனத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு தலைவர்களிடமும், ஒன்றுக்கொன்று வேறுபட்டு எழுவனவற்றை மாறுபாடு நீக்கிச் சமாதானப்படுத்தும் ஆற்றல் வளரவேண்டும். எல்லாவற்றையும் மாறுபாடின்றி ஒருமைப்படுத்தும் ஆற்றலும் வளரவேண்டும். சமுதாயத்தில் வெவ்வேறு போக்குகள் இருந்தாலும் அவற்றின் முழுப்பயனையும் அடையத்தக்க ஆற்றலும் வளர வேண்டும். இந்த ஆற்றல்கள் எல்லாம் வளருவது பாவாதீத தியானத்தால் எளிதில் கைகூடுகிறது.

வெளிநாட்டுச் சிக்கல்கள் - காரணம் :

வெளிநாட்டுச் சிக்கல்கள் எழுவது எதனாலே? இந்தப் பெரிய உலகத்தில் ஒன்றுக்கொன்று மாறுபட்ட தேவைகள் பொங்கி எழுகின்றன. அவற்றுக்கெல்லாம் ஈடு கொடுக்க முடியாமையாலேயே சிக்கல்கள் எழுகின்றன.

Koviloor Digital Library

தீரும் வழி :

இதைத் தீர்க்க வழி என்ன? துரைத்தனத்தின் உறுப்பாக அமைந்த ஒவ்வொருவரிடையேயும் உண்மை உணர்வை விரிவாக்கி வளர வழி செய்ய வேண்டும். எத்தகைய உணர்வு? உள்முகமாக மனநிறைவையும், புறமுகமாக முன்னேற்றத்தையும் ஒரே சமயத்தில் அமைப்பதற்கு அடிப்படையான உண்மை உணர்வை உருவாக்கிவிட வேண்டும். எப்போதும் வளர்ந்துகொண்டே வருகிற தேசிய நாணய நேர்மையே அடிப்படையாக விளங்கும்போதுதான், உலகத்திலே எழுகின்ற மாறுபாடுகளை முரணின்றி, ஒருமைப்படுத்தும் சக்திகள் எழக்கூடும். இத்தகைய சக்திகளை இப்படி எழுப்புகின்ற திறமையை மேலே நாம் கூறிய உண்மை உணர்வுதான் துரைத்தனத்தில் உள்ளவரிடையே வளர்ந்துவிடும். இதற்கும் பாவாதீத தியானமே வழியாம்.

2 தோல்வி :

எந்தத் துரைத்தனமானாலும் அதன் ஆற்றலுக்கோ வன்மை பொருள் வளம் முதலிய வகைமுறை வாய்ப்புக்களுக்கோ எல்லை இல்லை. அப்படியிருந்தும் அதன் ஆளுகைக்குள் இருந்து அறியாமை, துயரம் என இந்தப் பெருஞ் சிக்கல்களை நீக்குவதில் வெற்றி பெற்ற துரைத்தனம் ஒன்றுமே இல்லை.

காரணம் :

இப்படி வெற்றி காணாத சிக்கலுக்குக் காரணமென்ன? சமுதாயத்தில் ஒவ்வொருவரிடமும் மனிதப்பாங்கு முழுதும் மலரவேண்டும். அதற்கு வேண்டிய ஆற்றல்கள் எல்லாவற்றையும் நிறைவாக்கிக்கொள்ளவேண்டும். அதோடு நில்லாமல் தமக்கும் தம் குடும்பத்துக்கும் தம் சமுதாயத்துக்கும் மிக

Koviloor Digital Library

மிக நன்மை பயக்கும் வகையில் அவை வளர வேண்டும். வளரும்போது பொறுப்பும் மகிழ்ச்சியும் பொங்கும் முறையில் வளர்ந்து வரவேண்டும். இப்படியெல்லாம் வாழ அவர்களைப் உள்ளூரத்தூண்டுவதற்கு வழி வகைகளை ஒவ்வொருவரும் அறியாமையாலேயே வெற்றி காணுத சிக்கல் எழுகின்றது.

தீரவழி :

தீர்க்கும் வழி என்ன? ஒவ்வொருவனுடைய அறிவிலும், எல்லோர்க்கும் பொதுவான சிறப்பியல்புகளை வளர்த்துப் பயன்படுத்துவதற்கு உரிய இயற்கை வழி பாவாதீத தியானம் என்பதே ஆகும். எனவே அதன் வழியாகத்தான், ஒவ்வொருவரும் வாழவேண்டிய வாழ்க்கையில் மேலே கூறிய இயல்புவளம் பெற முடியும். ஒவ்வொருவரையும் ஒவ்வொரு பொருளையும் உயிரோடு காத்து நிலைபெற வைக்கும் சக்திகளைத் தாமாகவே விளைவிக்கக் கூடிய செயற்பாட்டினைத் தூண்டுவது இந்தப் பாவாதீத தியானம் ஒன்றுதான்.

III

கல்விச் சிக்கல்கள்:

கல்வி— இயற்கை:

நம்முடைய கல்வி வழியே மிக உயரிய நோக்கங்களையெல்லாம் நிறைவேற்றவே விரும்புகிறோம். ஆனல், நிறைவேருதிருப்பதால் வருந்துகிறோம். உலகில், ஏதோ ஒன்றை, விரும்புகிறோம். அதனை அடைய வழி என்ன என்று நம் ஆராய்ச்சியாலோ பிறர் கண்ட ஆராய்ச்சியின் முடிவாலோ வேண்டிய அறிவு பெறுகின்றோம். அந்த அறிவைப் பயன்படுத்தி விருப்பத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்கிறோம். இங்கே கல்வி யறிவுக்கும் அதனல் எழுகின்ற செயலுக்கும் மனநிறைவிற்கும் தொடர்பிருக்கக் காண்கிறோம். கல்வியின் இயற்கை இது. இந்த நிலையில் முழு அறிவையும் பெற முயல்வதுதான்

கோவிலூர் ஆதீனம் 2103 RLS

Koviloor Digital Library

இயற்கை. அரைகுறையாக மனநிறைவு பெற யார் விரும்புவார்கள்?

நம் சிக்கல்:

ஆனல் நம்முடைய கல்வி அமைப்பிலோ பெரும்பான்மையான மாணவர்கள் முழு அறிவு பெறுவதற்கு முந்தாது இடையிலேயே விட்டு விடுகிருர்கள். இது ஒரு சிக்கல்தானே?

காரணம்:

இதன் காரணமென்ன? இன்றைய கல்வி முறை, நேர்முகமாகப் போதிய அளவு, மாணவர்கள் கற்கும் திறமையை வளர்க்கவில்லை. அவர்களிடத்தில் கல்வியின் மேல் காதலைத் தூண்டவில்லை.

தீரவழி:

இந்தக்குறை தீர வழி என்ன? உயர்நிலைப்பள்ளிகளிலேயே பாவாதீத தியானத்தைப் புகுத்தி விடவேண்டும். கற்குந் திறமையை அது தூண்டியெழுப்பி வளர்த்து விடுகிறதென்று சோதனைகள் நிரூபித்துள்ளன.

2. இடையில் கல்வியை விட்டு விடல்:

மாணவர்கள் கீழ் நிலைப் படிப்பிலும் கூட, இடையே படிப்பை விட்டு நின்று விடுகிருர்கள்.

காரணம்:

மாணவன் தானுக மலர்ந்து வளர, நம் கல்வி முறையில் நேர் முகமாக அவனுக்கு வாய்ப்பே தருவதில்லை. கல்வியை உட்கொள்கின்ற அவனுடைய மனம் பல வகை நெருக்கடிகளின் பயனுகச் சுருங்கிக் கிடக்கிறது; கல்வியை யெல்லாம் நிறையக் கொள்ளும் வகையில் சிறந்த கொள்கலமாக மனம் மலர்ந்து வளர வேண்டும். அப்படி வளர வழி வகை செய்யாமையால், அறிவு வளர்ச்சிக் கேற்ற வலுவான அடிப்படையே இப்போது இல்லாதிருக்கிறது. அதனுல் கல்வி வேரற்றுக் கிடக்கிறது.

Koviloor Digital Library

தீரவழி:

இந்தச் சிக்கல் தீர வழி என்ன? கல்வி அறிவைப் பெற்று வரும் போதே கற்பவன் தனக்குள்ளேயே மிகமிக விழிப்பு உணர்வு உள்ளவனாக வளரவேண்டும். அதற்காக எந்தத் துறைக் கல்வியைக் கற்க வந்தாலும் அதனோடு ஆக்க அறிவினையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு அவன் கற்கும்படி செய்ய வேண்டும். கற்பவன் உணர்ச்சியூட்டப் பெறும்போது அறிவின் அடிப்படையும் உயிர்த்துடிப் புள்ளதாகிறது. இந்த நிலை ஏற்படும் போது மேலும் மேலும் உயர்ந்த வகையில், அறிவும் செயலுமே நாட்டமாகக் கொண்டு இயற்கையாகவே முன்னேறுவான். அப்போது கல்வி வெளி வேஷமாக இல்லாமல் நம்மோடு ஒன்றாகி விடும்.

3. *மனநிறைவு இல்லை :*

மாணவர்களுக்கு மனநிறைவே நம் கல்வி முறையில் ஏற்படக் காணோம்.

காரணம் :

கல்வி உள்ளூர மனக்குறையை விளைப்பதாகவே இருக்கிறது.

தீரவழி :

இந்தக் குறையைத் தீர்ப்பது எப்படி? இன்றைய கல்வி நிறைவு பெறாததொன்று. அதனால் மாணவர்களுடைய அறிவுப் பசியை அது தீர்ப்பதில்லை. மாணவர்கள் எப்போதும் அகலமாக வளர்ந்து கொண்டே போகிற அறிவெல்லைக்குள் சிக்கிக்கொண்டு அலையத்தான் வேண்டியிருக்கிறது. எப்போதும் கற்றுக்கொண்டே இருப்பதின்றி உண்மையில் முழு அறிவினை அவர்கள் எட்டுவதில்லை.

தீரவழி :

இதைத் தீர்ப்பது எப்படி? நம்முடைய துயில்நிலை கனவு நிலை, விழிப்புநிலை, துரிய நிலை முதலான உணர்வு நிலைக்கு

Koviloor Digital Library

ஏற்பவே நம் அறிவும் அமைகிறது — ''ருசேபரமோவ்யாமின்'' — என்ற வேத சூத்திரத்தின் செயற்பாட்டு உட்குறிப்பினை அறிந்து செயல்படவேண்டும். அறிவின் ஆராய்ச்சியையும் அதனைக் கல்வியின் எல்லா மட்டங்களிலும் வளர்க்கும் செய்முறையையும் பயன்படுத்தவேண்டும். அப்போது கல்வியறிவு முழுமைபெறும்; சிறந்த நோக்கமுடையதாகும்; மன நிறைவு தரும்.

நடத்தைச் சிக்கல் :

4. மாணவர்களுடைய நடத்தையைப் பற்றிய ஓயாத சிக்கல்கள் உண்டாகிக் கொண்டே யிருக்கின்றன.

காரணம் :

இதற்குக் காரணமென்ன? மாணவர்களைவிட முதியவர்களான ஆசிரியர்களும், பெற்றோர்களும் தக்கவழிகாட்டிகளாக இருக்கக்கூடிய திறமை இல்லாமல் அலைகிறார்கள். மாணவர்களும் அவர்கள் காட்டக்கூடிய எந்த வழியையும் பயன்படுத்தக் கூடிய ஆற்றலின்றி அலைகிறார்கள்.

தீரவழி :

இந்தச் சிக்கலைத் தீர்க்கும் வழி என்ன? ஒவ்வொருவருள்ளேயும் உள்முக வலுவும் இணக்கமும் வளர வேண்டும். இவற்றை வளர்க்கின்ற அறிவையும் முறையையும் எல்லாப் பெற்றோர்களும், ஆசிரியர்களும், மாணவர்களும், அடைய வேண்டும். இதற்கேற்ற வாய்ப்பினை இவர்கள் எல்லோருக்கும் அளித்தல் வேண்டும். இப்படி ஆளுமையை (Personality) குறைவிலா நிறைவாக்கும்போது ஒவ்வொருவருடைய நடத்தையும் இயற்கையாகவே பொறுப்புள்ளதாகவும் மன நிறைவு தருவதாகவும் பொங்கி வளர்கின்றது.

Koviloor Digital Library

5. தலைமுறைகளுக்கிடையே விரிசல்:

கல்வி உலகில் இளைய மாணவர்களுக்கும், முதியவர்களுக்கும் நடுவே தலைமுறை வகையான இடையீடு பெரிதாகிக் கொண்டே போகிறது.

காரணம்:

இந்த தலைமுறைப் பிளவு விரிசலாவதற்குக் காரணமென்ன? இளையோருக்கும், மூத்தோருக்கும் இடையே இயற்கையாகவே, வயது, அறிவு ஆற்றல், அனுபவம் முதலிய வகையில் வேற்றுமைகள் எழுகின்றன. அவற்றில் நல்ல பயன்கள் அடங்கியுள்ளன. தத்தம்முடைய நன்மையின் பொருட்டே அவற்றை அனுபவிக்க முடியும். ஆனால், அனுபவிப்பதற்கு ஏற்ற திறமை இருதிறத்தாரிடையேயும் காணேம். இதனலேயே தலைமுறை வகையான விரிசல் ஏற்படுகிறது.

தீர வழி:

இதைத் தீர்ப்பது எப்படி? ஒவ்வொரு தனியாளிடத்திலும் அடிப்படையாக ஒன்று மௌனமாக விளங்குகிறது. அதற்கு வயதே இல்லை. அது வேற்றுமைகளைச் செழுமையுள்ளதாக்குகின்றது. ஆனல், அந்தச் செழிப்பினலே ஒற்றுமையே வெளிப்படும். அது எல்லோரையும் பிரித்து வைக்காமல் சேர்த்து வைத்து ஒருமைப்படுத்துகிறது. அத்தகைய அடிப்படையில் இரு தலைமுறையினர் இடையேயும் அனுபவமும், அறிவும் நிலைபெறுமாறு செய்ய வேண்டும். இப்படிச் செய்வது பாவாதீத தியானம் ஒன்ருலேயேயாகும்.

IV

சமுதாயச் சிக்கல்கள்:

சமுதாயம்:

சமுதாயம் முரண்பாடின்றி இனிதே ஓங்கிவளர வேண்டும். மனிதக் குடும்பத்திற்கே துன்பத்தை விளைவிக்கின்றவை சில

Koviloor Digital Library

பழங்காலத்திலிருந்தே பகையாக விளங்குகின்றன. குற்றங்கள் செய்வது முதலான பல தவருன நடத்தைகள் காலங்கண்ட சிக்கல்களாக உள்ளன. இவற்றை நீக்கினுல் தான்சமுதாய இன்பமாக ஓங்கும் ஆனுல் நீக்குவது எப்படி? இங்கு எழும் சிக்கல்கள் என்ன?

குடும்பம்:

குடுமபத்தின் ஒற்றுமை குலைந்து வருவது ஒரு பெரும் சிக்கல்.

காரணம்:

இது எழுவது ஏன்? நம்முடைய நெஞ்சின் உணர்ச்சிகள் வேண்டுமிடங்களில் நெகிழ்ந்து தரவேண்டுமே அன்றி இறுகிக் கல்லாகிப் போகக் கூடாது. போனுல் மனங் கல்லாகி வளைந்து கொடுக்க முடியாமல் எதிர்த்தே நிற்கும். அதனுல் ஒருவரோடு ஒருவர் மோதிக் கொள்ள வேண்டியதாகிறது. அப்போது அதனைத் தடுக்கவோ அந்தக் குறையை முழுவதும் தீர்க்கவோ முடியாமற் போகிறது.

தீரவழி :

இதனைத் தீர்ப்பது எப்படி? ஆக்கறிவியலின் வழியே, பற்றற்றுப் பரந்த மனப்பான்மை பனிக்கட்டிபோலக் குளிர்ந்து உறைந்து போவதை அன்புச் சூடேற்றி எல்லோரிடமும் நெகிழ்ந்து நின்று இன்பமாகும்படி வைத்திருக்கவேண்டும். இது பாவாதீத தியானத்தால் முடியும்.

2: குற்றங்கள் : (Crime)

குற்றங்களும் அதுபோலச் சமுதாயத்திற்கு விரோதமான நடத்தைகளும் மற்ருெரு பெரும் சிக்கலேயாம். இதைத் தீர்ப்பது எப்படி? காரணம் கண்டால் தீரும் வழி தெரியும்.

Koviloor Digital Library

காரணம் :

ஒவ்வொருவருடைய விருப்பங்களும் வெவ்வேறு வகையாம். இருந்தாலும் இவற்றை நிறைவேற்றிக்கொள்ளும் போது எல்லோரும் ஒப்புக்கொள்ளும் வழியில் நிறைவேற்ற வேண்டும். ஆனல், அதற்குத் திறமை வேண்டும். ஒவ்வொருவரிடமும் வார்ந்து குவிந்து கிடக்கும் நரம்புக்கோளாறுகள் இத்தகைய ஆற்றலை வளரவிடாது தடுப்பதனுலேயே இந்தப் பெருஞ் சிக்கல் உருவாகிறது.

தீரவழி :

இதனைத் தீர்ப்பது எப்படி? இந்த நரம்புக்கோளாறுகளை வெளித்தள்ள வேண்டுமானல் ஆக்கறிவினைத் தங்குதடையின்றி வளரவிடவேண்டும். பாவாதீத தியானமே இதனைச் செய்விக்கிறது.

3. **மனக்குறை :**

சமுதாயத்திலேயே அவ்வப்போது பரவும் மனக்குறைகள் மற்ருெரு சிக்கலாம்.

காரணம் :

இது ஏன் எழுகிறது? நரம்புக்கோளாறுகள் சுமையாகக் குவியும்போது மனக்கண் குருடாகிப் போகின்றது. அப்போது பிறருடைய உரிமைகளையும் தேவைகளையும் உணரமுடியாது. அவற்றை மறந்தே போகிருேம். எல்லோரிடமும் நல்லெண்ணத்தோடு அன்பினைப் பரப்பி நடந்துகொள்ளும் இயற்கையான ஆற்றலை இது தடுத்து விடுகிறது.

தீரவழி :

இதைத் தீர்ப்பது எப்படி? நரம்புக் கோளாறுகளைத் தீர்க்க வேண்டும். மனம், ஈரநெஞ்சு என்ற இரண்டின் குணங்களையெல்லாம் முன்போல நிலை நாட்டவேண்டும். இப்படியெல்லாம் செய்யக் கூடியது பாவாதீத தியானமொன்றே.

Koviloor Digital Library

4. பண்பாடு

சமுதாயத்தின் பண்பாட்டுக்கு முரணாகி மனமுறியும் சிக்கலுமுண்டு. இது எழுவது ஏன்?

காரணம்:

உலகம் வேகமாக ஒன்றாகி வரும்போது, ஒரு சமுதாயத்தில் பிற பண்பாடுகள் ஆதிக்கம் செலுத்தத் தொடங்கும் நிலை உருவாகிறது. அப்போது தம்முடைய பண்பாட்டின் சிறப்பு சிலர் கண்ணுக்குத் தோன்றாமல் மறைகிறது. விரைந்து முன்னேறும் நுண் தொழில் வகையான முன்னேற்றத்தினால் வாழ்க்கை நோக்கங்களிலும், வாழ்க்கை முறைகளிலும் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. அப்போது ஒருவன் தலைமுறை தலைமுறையாகத் தனக்கே சொந்தமாக வரும் அடிப்படைப் பண்பாட்டின் சிறப்புக்களையும் நோக்கங்களையும், தன்னிறைவு பெறும் நிலையில், வைத்துக் காக்கக்கூடிய ஆற்றலை இழந்து விடுகின்றான். இதனாலேயே இந்தச் சிக்கல் எழுகின்றது.

தீர்வழி:

இதனைத் தீர்க்கும் வழி என்ன? ஒவ்வொருவனும் வாழ்வில் என்றும் மாறாத சிறப்பினை, அதாவது ஆக்கறிவின் தூய எல்லைப் பரப்பை, அனுபவத்தில் உணர வேண்டும். அந்த எல்லைப் பரப்பில்தான் ஒவ்வொரு பண்பாட்டின் அடிப்படைச் சிறப்புக்களும் நிலைபெற்றுள்ளன. எனவே அந்த ஆக்கறிவை அனுபவத்தில் உணர வரும்போது, ஒவ்வொரு பண்பாட்டின் மரபும் காக்கப் பெறும். எத்தகைய மாற்றப்புயல் வீசினாலும் எக்காலத்திலும் அந்த மரபு அசையாது நிலைத்திருக்கும் திறன், இந்த வகையில் தானாவே காப்பாற்றப் பெறுகிறது.

5. சட்டங்கள்:

சமுதாயச் சிக்கலில் மற்றொன்று உண்டு. சட்டங்கள் சமுதாய நிலைக்குப் போதாதனவாக ஆகிவிடுகின்றன.

Koviloor Digital Library

ஆதலால் சட்டத்திற்குக் கீழ்ப்படியும் மனப்பான்மை கெடுகிறது.

காரணம்:

இதற்குக் காரணமென்ன? மனிதனிடத்தில் தானாகவே சட்டத்திற்கு அடங்கி நடக்கும் திறமை இயற்கையாக அமைந்துள்ளது. ஆனால் சிலபோது, இப்போதிருப்பதுபோல, அந்த இயற்கையான ஆற்றலை எந்த வகையிலும் தூண்ட முடியாமல் போகிறது. இதனாலேயே இந்தச் சிக்கல்.

தீரவழி:

இது தீர வழி என்ன? மக்கள் ஒவ்வொருவரும் ஆக்கறிவியலை அறியவேண்டும். அப்படி அறியும்போது ஒவ்வொருவருடைய எண்ணமும் செயலும் தாமாகவே சட்டத்திற்குத் தகுந்தபடி இயங்கி வரக் காண்போம். அதனால் ஒவ்வொரு சட்டமும் தாம் எழுந்த நோக்கத்தை நிறைவேற்றும் திறமை படைத்த தாகிவிடும். இதற்கும் பாவாதீத தியானமே வழிசெய்கிறது.

V

சுற்றுப்புறச் சூழலில் சிக்கல்

சூழல்:

அறிவாராய்ச்சியை எவ்வளவுக்குப் பயன்படுத்த முடியுமோ அவ்வளவுக்கும் பயன்படுத்தி நன்மையைப்பெருக்க வேண்டும். ஆனால் தன்னலமே மிகுந்து, சூழ்நிலையைப் பற்றியே அக்கரையின்றி அதனைப் பாழ்படுத்தி வருகின்றோம். சுற்றுப்புறச் சூழல் எல்லாம் தீட்டுப்பட்டு நஞ்சாகி மாறி வருகின்ற பெருங்கேட்டை இன்று உலகம் அறிந்து நடுங்குகிறது. மனித நிகழ்ச்சிகளிலும் சுற்றுப்புறச் சூழல்களிலும் எழுகின்ற தொடர்ப்பாடுகளைப் பற்றிய சிக்கல்களும் அவற்றைச் சரியானபடி மதிக்காததால் வரும் சிக்கல்களும் பல வகையில் எழுகின்றன.

Koviloor Digital Library

காரணம்:

இதன் காரணமென்ன? மன நரம்புக் கோளாறுகளால் இயற்கையாக விளங்கும் அகமுகத்தொலை நோக்குப்பார்வை குறுகிவிடுகிறது. தாராள மனப்பான்மை வற்றிப்போகிறது. இதனுல் எல்லோரையும் எல்லாப் பொருள்களேயும் ஒரே சமயத்தில் முழு முயற்சியுடன் தாங்கி நிற்கும் திறமை குறைந்து போகிறது. இதுவே இச்சிக்கலுக்குக் காரணம்.

தீரவழி;

இது தீர வழி என்ன? தொலைநோக்குக் காட்சி பரந்து விரியும் பேற்றைப் பெறவேண்டும். நம்முடைய ஈரநெஞ்சும் மனமும் தம் முழு ஆற்றலோடு மறைவின்றி விரைந்து செயல் படவேண்டும். அப்போது தான் இந்தப்பேறு கிடைக்கும். மனிதனும் அவனுடைய சூழ்நிலையும் பின்னிப் பிணைந்திருக்கும் இணக்கப் பண்பை இன்பமாகவும் முரண்பாடில்லாத இசை வாகவும் மிக உயர்ந்த அளவுக்கு வளர்த்து விடலாம். இந்த வளர்ச்சியும் பாவாதீத தியானத்தாலேயே தோன்றி நிலை பெறுகிறது.

VI
பொருளாதாரச் சிக்கல்

பொருளியல்:

தனி ஆள்கள் தாம் வாழத் தம் பொருள் நிலை வளரவே விரும்புகின்றனர். சமுதாயமும் தன்னுடைய பொருளியல் நிலையை வளர்த்துக் கொள்ளவே வேணவாக் கொள்ளுகிறது. இந்தப் பெரு நாட்டங்கள் நிறைவேறினுல் தான் மனித வாழ்வு சிறக்கும். ஆனுல் இது நிறைவேருதபடி பல சிக்கல்கள் எழுகின்றன.

காரணம் :

சிறப்பாகத் தொழிலாளர் நிலையின் ஏற்றத்தாழ்வுகள் மலியக் காண்கிருேம். அதனுல் வறுமை வேலையில்லாத்,

Koviloor Digital Library

திண்டாட்டம், நிலையில்லாமை முதலிய சிக்கல்கள் எழுகின்றன. தனி மனித வாழ்வில் சமநிலை குறைந்து வருகிறது. உள்ளடங்கிய ஆற்றல் முழுமையாக வளராது ஏற்றத் தாழ்வு நிலையில் நின்று விடுகிறது. இதன் பயனாக எல்லோருக்கும் நன்மை பயக்கும் முறையில் ஆக்க வகை எண்ணத்தைப் படைப்பு வாய்ப்புடைய செயலோடு இணைத்து விடும் பொருத்தம் எழாது போகின்றது.

தீரவழி:

இது தீர வழி என்ன? ஆக்கறிவினை முழுமையாக வளர்க்க வேண்டும். எல்லா எண்ணவகைகளிலும், செயல்வகைகளிலும் அதனைப் பயன் படுத்த வேண்டும். அப்போது தான் ஆக்க வகை அறிவும் ஆற்றல் வாய்ந்த செயலும் பொருந்திவரும் பொருத்தம் உரம் பெறும். அதனால் தான் எல்லோருக்கும் நேர்மையான வழியிலும் இணக்கமான வழியிலும் பொருளாதாரத்தின் உயரிய நோக்கங்களை நிறைவேற்ற முடியும். ஆக்கறிவை முழுமையாக வளர்ப்பது 'பாவாதீத தியானமேயாம்.'

தொழிலும் நிர்வாகமும் :

தொழில் துறையிலும், நிர்வாகத் துறையிலும் எழுகின்ற சிக்கல்கள் பலப்பல.

காரணம் :

இவற்றுக்குக் காரணம் என்ன? உயிர்வாழ்க்கையின் இயல்பு மேலும் மேலும் வளர்தலாம். ஒருநாள் போல என்றும் செய்த வேலையையே நடைமுறையாகச் செய்துவரும் போது ஆக்கறிவிற்குப் புதிய புதிய வகையில் வெளிப்படுவதற்கு வாய்ப்பே கிடைக்காமல் போகிறது. அப்போது மனக்குறைவிற்கு வித்திடுகின்றோம். சலிப்புணர்ச்சியும், வேலையில் செயல் குலைவதால் எழும் ஏமாற்றமும் முளை விடு

Koviloor Digital Library

கின்றன. குடும்பத்தின் மேலும் நண்பர்கள் மேலும் பரந்த சமுதாயத்தின் மேலும் இயற்கையாக எழுகின்ற அன்பின் இன்பந்தரும் சக்தியையும் கீழடக்கி விட்டு எல்லாத் துறைகளிலும் மனக்குறைவே வளர்கிறது.

தீரவழி ;

இது தீரவழி என்ன? ஒவ்வொருவனுடைய உணர்வு நிலையும் எல்லையைத் தாண்டிச் செல்லவே விரும்புகிறது. அப்படி அந்த ஓர் நிலைக்குப் போவதற்கு ஏற்ற வாய்ப்புகள் நாள்தோறும் கிடைத்தால்தான் இந்தச் சலிப்பு நிலை மாறும். மனிதனுடைய ஆக்கறிவு முழுமையாக வளர்வதையே தன்னுடைய இயற்கையான பரிணமப் போக்காகக் கொண்டுள்ளது. எனவே, இந்த ஆக்கறிவு குறைவின்றி நிறைவு பெறுவதற்கு வழி செய்வது எளிது. சலிப்புத்தீர இதுவே செயல்முறையாகும். இது பாவாதீதத்தால் கை கூடி விடுகிறது.

VII

ஆன்மீயம்

நிறைவாழ்வு :

இந்தத் தலைமுறையிலே மனித இனம் ஆன்மீயக் குறிக்கோள்களையெல்லாம் அடைந்து தீரவேண்டும் என்றே விரும்புகிறோம். ஆன்மீய வளர்ச்சி என்பது மனிதனின் எல்லா ஆற்றல்களும் மூளியாகாமல் முழுநிறைவாக ஓங்கி ஒளிர்வதாகும்.

சிக்கல் :

இந்த விருப்பம் நிறைவேறக் காணோம். நம்முடைய தற்கால வாழ்க்கையில் ஆன்மீயமயமான உள்ளீடு ஒன்றுமில்லை. இதுவே இங்கு எழும் சிக்கல்.

Koviloor Digital Library

காரணம் :

இதன் காரணமென்ன? உயிர்வாழ்க்கையின் நிறை நிலையைப் பற்றிய அனுபவமும் அறிவும் இல்லாமையே காரணமாகும்.

தீரவழி :

இது தீர வழி என்ன? வாழ்வின் நிறை நிலையை அனுபவிக்கும் அனுபவத்தை ஒவ்வொருவரும் அடையும்படி செய்ய வேண்டும். இதற்குள்ள ஒரேவழி பாவாதீத தியானமேயாம்.

விஞ்ஞானச்சோதனையும் அனுபவமும் :

இங்குக் கூறிவந்த விளக்கங்களின் உண்மையை விஞ்ஞான வகையில் உண்மையான சோதனை செய்து கூடிய வரையில் உண்மையேயென பல ஆராய்ச்சி நிலையங்கள் முடிவு செய்துள்ளன. மேலே பாகுபாடு செய்த, ஏழுவகையான துறைகளில் உள்ளவர்களும் தத்தம் அனுபவத்தில் இவை உண்மையே யெனவும், கண்டுணர்ந்து கூறியுள்ளார்கள்.

VIII

உலகத் திட்டம்

நோக்கம் நிறைவேற:

இப்படி மனித வாழ்க்கையின் சிறந்த நோக்கங்கள் இவ்வாறு ஏழுவகையாகப் பிரியுமெனக் கண்டு கூறியவர் மகரிஷி மகேசயோகியே ஆவர். இந்த ஏழு நோக்கங்களையும் உலகில் உள்ள ஒவ்வொருவரும் அடைய வேண்டும் என்ற பரந்த நோக்கில் அன்புமீதூர உலகத்திட்டம் ஒன்றையே வகுத்துச் செயல்படத் தொடங்கினர்.

Koviloor Digital Library

மக்கள் தொகைப்படி:

அவர் தொடங்கிய காலத்தில் உலகத்திலுள்ள மக்களுடைய தொகை முந்நூற்று அறுபது கோடியாம். தம்முடைய உலகத் திட்டத்தை நிறை வேற்றுவதற்குப் பத்து லட்சம் மக்கள் தொகை உள்ள எல்லையில் ஒரு ஆக்கறிவியல் நிலையம் என்ற கணக்கில் உலகம் உய்ந்திட மூவாயிரத்து அறுநூறு நிலையங்களை நிலைநாட்ட வேண்டுமென்று கருதினர். ஒவ்வொரு நிலையமும் பத்து லட்சம் பேருக்கு பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளும். ஒவ்வொரு நிலையமும் ஆயிரம் ஆயிரம் ஆசிரியர்களை—ஆக்கறிவியல் வழியே பாவாதீத தியானத்தைப் பயிற்றுவிக்கக் கூடிய ஆசிரியர்களைப் பண்படுத்த வேண்டும். இந்த ஆயிரம் ஆசிரியர்களில் ஒவ்வொருவரும் கூடிய விரைவில், ஆயிரம் ஆயிரம் பேர்களை 'பாவாதீத தியானம்' செய்யப் பழக்கி விட வேண்டும். அப்படியானல் உலகில் உள்ள எல்லோரும் மிக விரைவில் தியானம் செய்வோர் ஆகிவிடுவார்கள். U.S.S.R., சீன முதலிய நாடுகளில் இது பற்றிய கருத்துக்கள் பரவி இருந்தாலும் திட்டப்படி ஒன்றும் செய்வதற்கில்லை. எனவே ஆயிரத்தெண்ணூறு நிலையங்களையே அவர் கருத வேண்டுவதாயிற்று. மேனடுகளில் வேண்டிய நிலையங்கள் தோன்றிக் கொண்டிருக்கின்றன.

இந்தியாவில்...

இந்தியாவில் முதலில் வெற்றி காணவில்லை. அதனல் புதியதாக வந்தாலும் ஆராய்ந்து ஏற்றுக் கொள்ளும் திறத்தினல் முன்னேறி வரும் அமெரிக்காவையும் ஜெர்மனியையும் இவர் நினைத்துப் பார்த்து அங்கெல்லாம் சென்று தம் கொள்கையைப் பரப்புவதில் வெற்றி பெற்ருர். தம் தாய்நாட்டை,—பாவாதீத தியானத்தைப் பழங்காலத்திலேயே உலகின் முன்னேற்றத்திற்காக வழங்கிய—இந்தியாவை—மறக்கப் போமா. ஆதலின் உலகத்திட்டப்படி அறுபது கோடி மக்கள் தொகை

Koviloor Digital Library

கொண்ட இந்தியாவில் அறு நூறு உலகத்திட்ட நிலையங்களை நிலை நாட்டுவதில் கண்ணுங்கருத்துங் கொண்டு இப்போது முயன்று வருகிறார். இதன்படி தமிழ் நாட்டில் நாற்பத்திரண்டு நிலையங்கள் அமைய வேண்டும்.

IX

புதிய ஒளியுகம்

நூற்றில் ஒருவர்:

இந்த நம்பிக்கையில் புத்துணர்ச்சியூட்டுகின்ற புதியஒளி தோன்றியுள்ளது. 'நல்லார் ஒருவர் உளரேல் அவர் பொருட்டு எல்லார்க்கும் பெய்யும் மழை' என்பது ஒரு பழைய தமிழ்ப்பாட்டு. மகரிஷி அவர்கள் தம்முடைய உள்ளுணர்வால் நூற்றுக்கு ஒருவர் விழுக்காடு பாவாதீத தியானம் செய்தாலும் மற்றைய தொண்ணூற்றொன்பது விழுக்காடும் அதனால் நன்மை பெறும் என்று கண்டு கூறி வந்தார்.

ஒருவரால் மீதி 99 பேர் நலம் பெறல் :

இதனை ஆயிரத்துத் தொள்ளாயிரத்து எழுபத்து நான்காம் ஆண்டின் இறுதியில் உளவியல் அறிஞரும் சமுதாயவியல் அறிஞரும் சோதனை செய்து உண்மையென்று கண்டனர். அடுத்தடுத்துள்ள நகரங்கள் ஒரே இயலுடையவாக இருந்தன. ஆனால் அவற்றில் ஒன்றில் உள்ள மக்கள் நூற்றில் ஒருவர் என்ற விழுக்காட்டில் 'பாவாதீத தியானம்' செய்து வந்தனர். மற்றொரு நகரில் இந்த விழுக்காட்டில் தியானம் செய்ய-வில்லை. நூற்றுக்கொருவர் விழுக்காடு தியானம் செய்யும் நகரில் குற்றவாளிகளின் எண்ணிக்கை நூற்றுக்கு எட்டுக்கு மேல் குறைந்து விட்டது. மோட்டார் விபத்துக்களின் எண்ணிக்கையும் குறைந்து விட்டது. ஆனால் பொதுவாக

Koviloor Digital Library

அமெரிக்காவில் குற்றவாளிகளின் எண்ணிக்கை நூற்றுக்கு ஒன்பதுக்கு மேல் ஆண்டு தோறும் ஏறிக் கொண்டே வரும். அதற்கேற்பத்தான் தியானம் செய்யாத நகரிலும் அந்த எண்ணிக்கை ஏறி வந்துள்ளது. இப்படி இரண்டு வெவ்வேறு இடங்களில் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கண்டார்கள்.

திருப்பள்ளி எழுச்சி

இப்போது ஒரு புதிய ஊக்கம் பிறந்தது. முந்நூற்று அறுபதுகோடி மக்களைத் தியானம் செய்ய வைப்பது எந்தக் காலத்தில்? ஆனால் இவர்களில் நூற்றுக்கொருவரை அதாவது ஏறக்குறைய மூன்றரை கோடிப் பேரை—இப்போதுள்ள கணக்கில் நாலு கோடிப் பேரை தியானம் செய்ய வைத்தால் மட்டுமே போதும். தர்மயுகம் பிறந்து விடும். இந்த உறுதியில் ஆக்கறிவுக் கதிரவன் எங்குமாய் எழுந்து ஒளிவிடுவதன் முன்னமே அதன் வைகறைப் போது வருகின்ற மகிழ்ச்சியை மகரிஷி அவர்கள் ஆயிரத்துதொள்ளாயிரத்து எழுபத்தைந்தில் எங்கும் சென்று கொண்டாடினார்கள். இந்தியாவில் டில்லி மாநகரில் (1975) சிவராத்திரியின் போது ஞான அற ஊழியன் வைகறைப் போது வந்துள்ளதைத் தொடங்கி வைத்தார். இதுவே பழைய முறைப்படி திருப்பள்ளி எழுச்சியாம்.

''மகரிஷி விளைவு''

இப்போது மேலும் ஆராய்ந்து உலகில் பல இடங்களில் உள்ள எண்ணூறு நகரங்களில் இந்த உண்மை நிலை நாட்டப் பட்டுள்ளது. நூற்றுக்கொருவர் தியானம் செய்தால் மற்றைய தொண்ணூற்றொன்பது பேரும் நல்வழிப்படுவர் என்ற உண்மையே மகரிஷி விளைவு (Maharisi's Effect) என்று மேல்நாட்டு விஞ்ஞானிகள் வழங்கி வருகிறார்கள்.

Koviloor Digital Library

மதுரை-கோவை :

மதுரை மக்கள் தொகை ஏறக்குறைய ஏழுலட்ச மென்றால் ஏழாயிரம் பேர்கள் தியானம் செய்தாலும் மதுரை மாநகரே அறம் திளைக்கும் நகராக மாறிவிடும். அப்படியே மூன்று லட்சம் மக்கள் தொகையுள்ள கோவையில் மூவாயிரம் பேர்கள் தியானம் செய்தாலும் அங்கே பெரிய அறப்புரட்சி விளைந்து விடும். இது எளிது தானே.

சிறு சிறு ஊராகப் பார்த்தால் சில நாட்களில் இதைச் செய்துவிடலாமே. இதை முயன்று செய்துதான் பார்ப்போமே. ஊழல் என்றும் கறுப்புப்பணமென்றும் இன்னும் என்னென்னவோ கூவி வாடி வதங்குகிற நாம் இந்த வகையில் சிறு முயற்சி செய்து இந்த இழிவு நிலையெல்லாம் மாறுகிறதா என்றுதான் பார்ப்போமே. மாணவர்களிடையேயும், தொழிலாளிகளிடையேயும், மற்றவர்களிடையேயும் வருத்தமெல்லாம் நீங்க வழி பிறந்து நாம் எல்லோரும் விரும்புகிற புதிய உலகம் பிறக்கிறதா என்றுதான் பார்ப்போமே.

பாவாதீத தியானம் செய்ய வாருங்கள்
பிறரையும் பயிற்றுவிக்க முந்துங்கள்
எதிர்காலத்தை உருவாக்கும் மாணவர்களே
வருக வருக
தொழிலாளத் தோழர்களே துயரந்தீர
கை கொடுத்து உதவுங்கள்
எல்லோருந்தானே இதில் பங்கு கொள்ள
வேண்டும்
எல்லோரும் வருக வருக.

Koviloor Digital Library

X

உலக அரசு

1976 - இல் ஞானயுக மலர்ச்சியில் ஈடுபட உலகஅரசினை மகரிஷி அவர்கள் நிலை நாட்டினர். இந்த அரசு உலக நாடுகளின் அடிப்படையில் அமைந்தது அல்ல. அது மெய்யுணர்வு பற்றிய அரசு. மெய்யுணர்வே அதன் நாடு. எனவே பிற அரசோடு மோசடி இல்லை. பிற அரசுகளுக்கு எல்லாம் இன்பத்தையும் முழு நிறைவையும் உலகம் முழுவதும் நிலை நாட்டுவதற்கு உழைப்பதே இதன் வேலை.

குறிக்கோள் உலகம் படைத்தல் :

1977-இல் குறிக்கோள் உலகை நிலைநாட்ட முடியும் என்பதனைக் காட்டி அதற்கு உலகு எங்கும் உழைக்க முன் வந்தார். விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிகள் வழியாகவும் இந்த உண்மையை நிலை நாட்டினர்.

சித்திகள் :

சித்திகள் என்றும் சித்தர்கள் என்றும் உலகம் பேசி வந்திருக்கிறது. பதஞ்சலி தம்முடைய யோக சூத்திரத்தில் விபூதி பாதம் என்ற பகுதியில் இந்தச் சித்திகள் அடையும் வழியைக் கூறுகிறார். ஒன்றை நினைத்துச் சம்யமம் செய்தால் அந்தச் சித்தி பலிக்கும் என்கிறார். சம்யமம் என்பது பாவாதீத தியானமே என்று மஹரிஷி விளக்கியருளினர். இதன் பயனாகப் பாவாதீத தியானம் செய்வோர் செய்து பார்த்ததில் மேலெழல் முதலிய சில சித்திகள் கைகூடி வரக்கண்டார்கள். இது எல்லோரும் செய்யக் கூடியது என விளங்கியது. இது பிறருக்குச் செய்துகாட்ட அல்ல. நேரான ஞான வழியில் செல்லுகின்றோம் என்பதனை நமக்குக் காட்டும் உறுதிச் சான்றுகள் இவை. இத்தகைய நிலை ஏற்படும்போது நம்முடைய மூளையின் அலைகள் எல்லாம் ஒருங்கிணைந்து ஒற்றுமை பெற்ற

Koviloor Digital Library

பாங்கில் அமைகின்றன. உடலில் உள்ள சிறந்த சுரப்பி களில் இருந்து நற்சாறுகள் பாய்கின்றன. உடலும் மனமும் தூய்மை பெற்று எல்லையற்ற ஆற்றல் அடைகின்றன.

பத்தாயிரத்துக்கு இருவர் :

இத்தகைய நிலையை அடைந்தவர்கள் பத்தாயிரத்துக்கு இருவர் இருந்தாலும் பத்தாயிரம் பேரும் திருந்துவர். உல கம் உய்ய எளிய வழி இப்படி வெளியாயிற்று.

என்றும் இனித் தோற்பதில்லை :

1978-இல் இவற்றை எல்லாம் கண்ட மஹரிஷி எல்லா நாடுகளும், ஒவ்வொன்றும் தோலாமை (யாருக்கும் தோற் காத நிலைமை) யை அடையமுடியும் என்று சங்கு ஊதினார். உலகு எங்கும் ஒரு மகிழ்ச்சி! பெரிய நம்பிக்கை! இந்த நற்செய்தி எங்கும் பரவி வருகிறது.

பலநிறத் தொலைக்காட்சி :

இந்தியாவில் எங்கும் இச்செய்தி பரவுதற்காக டி.வி. என்ற தொலைக்காட்சிப் பெட்டிகளை இந்தியாவிலேயே பல நிறப் படங்களாக காட்டிப் பேசுவதற்கு உற்பத்தி செய்யப் பெங்களூரில் தொடங்கி இருக்கிறார்கள்.

மத்தியப்பிரதேசப் பயணம் :

மஹரிஷி விளைவு என்று பேசினால் போதுமா? இந்தியா வில் அந்த விளைவைக் கண்ணாரக் காட்ட வேண்டாமா? எங் கும் பல குறைகளைப் பற்றியே கேட்டு வருகிறோம்; தமிழ்நாட் டிலும், ஆந்திர நாட்டிலும், குஜராத்திலும் தொண்டாற்றி சிறந்த பாவாதீத தியான ஆசிரியத் தொண்டர்கள் ஒருங்கு திரண்டு மத்தியப் பிரதேசத்தில் மஹரிஷி விளைவைச் செயல் வகையில் விளைவித்துக் காட்டத் திரண்டு சென்றுள்ளார்கள். நடுவிடம் நன்றானால் இந்தியா முழுவதும் செம்மையாய்விடும் அல்லவா?

பார்ப்போம்.

— ஃ ஃ —

Koviloor Digital Library

5. இனி

ஏமாற்றம் :

இது வரையிலும் தியானம் என்ருல் அனுபூதிமான்களின் உயர்நிலை அனுபவங்களே நினைவுக்கு வரும். ஆனல் அதைப் பற்றி எல்லாம் கூறவில்லையே என்று பலர் முணு முணுக்கலாம். கடவுள் என்ற பெயரைக்கூடச் சொல்லவில்லையே என ஆத்திரப்படலாம். இப்படி அப்படி வாழ்கின்றவர்கள் தான் தியானத்திற்கு உரியவர்கள் என்ற வரையறையும் இங்குக் காணேமே என்றும் குறைபடலாம். எனவே சிலருக்குப் பெரிய ஏமாற்றமே உண்டாகி இருக்கும்.

நோய் தீரவேண்டும் :

எல்லோரும் உய்யவேண்டும் என்பது மகரிஷியின் நோக்கம். குடிகாரன் குடியை விடத்தான் முயல்கிருன். ஆனல் அவனல் முடியவில்லை: குடியை விட்டால்தான்; அவன் தியானம் செய்யலாம் என்ருல் அவன் உய்வது எப்போது? ஏசுநாதர் கூறியது போல வருந்துவோர்களைத்தானே காப்பாற்ற வேண்டும். பாவிகள் என்று ஒதுக்கினல் யார்தான் உய்வார்கள்? பாவம் என்று நாம் பழிப்பன எல்லாம் என்ன? அறியாமை, உடல் நோய் — மனக்கோளாறு — உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பு - சலிப்பு - குடி - பொய் - கொலை - காமக்கேடு- - எல்லாம் நோய்களே. நரம்புக் கோளாற்ருல் எழுந்த நோய் களே. நோயாளியின் நோயைத் தீர்க்காமல் பழிப்பது நல்லதா? இந்த நோக்கில் நம் மனம் மாறவேண்டும். இதற்காகத்தான் ஏசுநாதர் (பிறனைப்பற்றித்) தீர்ப்புக் கூருதே (Judge not) என்ருர். அப்படி என்ருல் என்ன? அன்புக் கண்கொண்டு அறிவுக்கண் கொண்டு நோயைத் தீர்க்கப் பார்; கொலை என்றும் நோய் என்றும் தீர்ப்புக் கூருதே என்றே பொருள்.

Koviloor Digital Library

படிநிலையலில்:

இயமம் நியமம் போன்ற இவை—பொய் சொல்லாமை இன்னா செய்யாமை, கள்ளுண்ணுமை, கொல்லாமை முதலிய இவை வந்தால் தானே மேற்படியில் உள்ள தியானம் கை வரும். இப்படிச் சிலர் கேட்கலாம். அஷ்டாங்கம்—எட்டுஉறுப் புக்கள் என்று முன்னோர்கள் கூறியுள்ளார்களே அன்றி அஷ்ட சோபானம்—எட்டுப்படி நிலைகள் என்று கூறவில்லை. எனவே எல்லா உறுப்புகளும் ஒரு சேர வளர்வது போல இங்கும் தியானத்தோடு இயம நியமமும் வளரும். தியானம் செய் வதால் நரம்புக் கோளாறு நீங்க மனிதன் தானுகவே குடிப் பழக்கம் முதலியவற்றை விட்டு விடுகின்ருன். இது தான் சரி யான முறை. பின் வேறு எப்படி இயமம் நியமம் வளரும். பசித்தவனுக்குத் தானே சோறு போட வேண்டும்?

கடவுட் பேச்சுத்தானே?

கடவுளைப்பற்றிச் சொல்லவில்லையா? கடவுள் என்ற சொல்லை நாம் பயன் படுத்தவில்லை. ஆனுல் ஆக்கறிவு இயற்கை. இயற்கை அன்னை என்று கூறி வந்ததெல்லாம் யாரைப் பற்றி?

வாதம் வேண்டாம்:

பின் ஏன் கடவுள் என்ற சொல்லைக் கூறவில்லை. எல்லோ ருக்குமாகக் கூறி வருகின்ருேம். ஒரு சிலருக்குக் கடவுள் என்ற சொல்லே பிடிப்பதில்லை. அவர்கள் மனத்தைப் புண் படுத்துவானேன்? அவர்களும் ஒப்புக் கொள்ளும் வகையில் சொல்வது தானே அழகு. ருஷ்யாவும் சீனுவும் கூட இதனை யறிந்து அங்குள்ள மக்களும் நோய்கள் தீர்ந்து இன்பமாக வேண்டுமானுல் நாம் கையாண்ட விஞ்ஞானப் போக்கே சிறந்தது எனல் வேண்டும். நாம் சொல்வதைத் தான் அவர் களும் சொல்கிருர்கள் என்று காட்ட வேண்டாமா. கடவுள் என்ருல் என்ன என்ன பொருளோ? பலர் பல வகையாகக்

Koviloor Digital Library

கொள்ளுகிறுர்கள். அந்தக் குழப்பமும் தீர வேண்டும் அல்லவா? நாம் கடவுள் என்று கொள்ளுவதன் பொருளை விளக்கி விட்டோம் அல்லவா? பின் சொல்லைப் பற்றி மன்ருடுவானேன்? வாதப்பேராட்டமா அமைதியா நாம் வேண்டுவது?

அனுபூதி நிலைகள்:

அனுபூதி நிலைகளைக் கூறவில்லை என்பது உண்மை தான். மகரிஷி அவர்கள் 1. நனவு நிலை, 2. கனவு நிலை, 3. துயில் நிலை, 4. அப்பாலை நிலை, 5. அப்பாலை நிலை எப்போதும் இருக்கும் அப்பாலைக் கப்பாலாம் துண்டுபடா நிலை 6. உலகின் உண்மை நிலை இறைவனே எனக் காணும் இறைக் காட்சி நிலை. 7. இப்படிக் காண்பான், காணப்படு பொருள் காட்சி எனப் பிரித்துப் பாராமல் முழுமையாக உணரும் கடவுளுணர்வு நிலை (பிரம்ம சேதனம்) என ஏழு நிலைகளை விரிவாகக் கூறுகிறுர். அவர் கண்ட அனுபவத்தை ஒட்டியும் முன்னையோர் வேதரிஷிகள் முதலாகக் கண்ட அனுபவத்தை ஒட்டியும் விஞ்ஞான அனுபவத்தை ஒட்டியும் கூறுகிறுர். துரியம் அல்லது நாலாவது என்று கூறுவதை மேலே கூறிய 4, 5, 6, 7 ஆம் நிலைகளாக வளர்ந்து வரும் போக்கில் விரித்துக் கூறியுள்ளார். எனவே அவையே தியானத்தில் கனிந்து வரும் இன்பக்கனி நிலைகள்.

பின்னே எழுதுவோம்:

பின் ஏன் அவற்றைப் பற்றி நாம் கூறவில்லை? யோக முறையில் முதலில் நாடி சுத்தி என்று கூறுவார்கள். நரம்பு மண்டலம்-உடம்பு நிலை இவை கோளாறற்ற தூய நிலை அடையவேண்டுமாம். பின்னர்த்தான் யோகம் மலர்ந்து காயாகிக் கனியாகிப் பழுத்து இனிக்கும் முதற்படியாக நரம்புக்கோளாறு தீரும் நாடி சுத்தியையும் அதனுல் எழும் நேர்முகப் பயன்களையுமே விரிவாகக் கூறினேம். எல்லாத் துறையிலும் அல்லல்படுகிற நமக்கு இது தானே முதலில் வேண்டும். ''கூரை ஏறிக்கோழி பிடிக்காத குருக்களா

Koviloor Digital Library

வானத்தைக் கீறி வைகுந்தம் காட்டப் போகிறீர்?'' என்று கேட்பார்கள் அல்லவா? எனவே ஏழுநிலைகளைப் பற்றி நம்முடைய ஆழ்வார்கள், நாயன்மார்கள், அடியார்கள் முதலியோரின் அனுபூதிப் பாடல்கள் வழியே விளக்கிப் பின்னால் எழுதுவோம்.

அறிமுகமே; பின்னேதான்...

விஞ்ஞானம் விஞ்ஞானம் என்றோமே அன்றி விஞ்ஞானச் சோதனைகளைப் போதிய அளவு விளக்கவும் இல்லை. பாவாதீத தியானம் அல்லது பருப்பொருட்டான நிலைகளிலிருந்து கடந்து கடந்து நுண்ணிய நிலைகளையும் கடந்து ஆக்கறிவில் கரைத்து விடும் வகையில் கடந்து செல்லும் தியானமான கடைநிலைத் தியானத்தைப் பொது மக்களுக்கு அறிமுகம் செய்வதே இந்தச் சிறு நூலின் நோக்கம்; ஆதலால் அவற்றை எல்லாம் விளக்கவில்லை. படிப்படியாகத் தானே இறங்க வேண்டும். எல்லோரும் ஒரே குதியாகக் குதிக்க முடியாதல்லவா? இந்த அறிமுகமான விஞ்ஞான ஆழத்தில் செல்லுவது எளிதாகலாம். எனவே பின் வரும் நூலில் விஞ்ஞானச் சோதனைகளை விளக்கலாம்.

மீண்டும் கூடுவோம் :

எனவே இந்தச் சிறு நூலை முதல் அறிமுகம் செய்து வைக்கும் நூலாகவே கொள்ளவேண்டும். இதில் ஐயப்பாடுகள் எழுந்தபோது ஆசிரியருக்கு எழுதியருளினால் பின்வரும் நூல்களில் தெளிவாக எழுத வாய்ப்பு ஏற்படும். இந்த வகையில் ஒத்துழைத்துத் தமிழ் நாட்டில் இந்தக் கலை வளர எல்லோரும் ஒத்துழைக்க வேண்டும் என வணங்கிக் கேட்டுக் கொள்வதோடு இன்று விடை பெறுவோமாக.

செய்துதான் பாருங்களேன்!

பேசிப் பயனில்லை. மாம்பழத்தைப் பற்றிப் பேசினால் வாய் இனிக்குமா? விருந்து பற்றி விஞ்ஞானப் பேச்சே

Koviloor Digital Library

பேசினல் பசியாறுமா? மாப்பழத்தைச் சுவைக்க வேண்டும். விருந்தை உண்ண வேண்டும். பின்னர்த்தான் அவற்றைப் பற்றி ஆராய்ந்து பேச இடம் உண்டு. அதுபோல இந்தத் தியானத்தையும் உங்கள் ஊரில் உள்ள நிலையத்தில் சென்று பழகி அனுபவியுங்கள். இதனை நம்பவும் வேண்டாம். செய்து பார்த்துப் பயனில்லையானல் நான் சொல்லியது எல்லாம் பொய் என்று கூறுங்கள். நம்பினல் தான் நெருப்புச் சுடுமா? கரும்பு தித்திக்குமா? கரும்பு தித்திக்குமெனக் கூறுகிருேம். தித்திக்கவில்லையானல் ''என்முகத்தில் துப்பு'' என்று சொல்லும் துணிவும் இருக்கிறது. அதுபோலத்தான் எம் அனுபவத்தைக்கூறி அழைக்கிருேம். செய்து தான் பாருங்களேன்.

வருக

வாழ்க

2163
R65
KOVILUR ADHEENAM
KOVILUR B. O.
(Via) MANAGIRI
RAMANATHAPURAM DIST.

Koviloor Digital Library

Koviloor Digital Library

சர்வோதய இலக்கியப் பண்ணை

தெ. பொ. மீ. நூல்கள் வரிசை

வெளிவந்துள்ள நூல்கள்		ரூ.	பை
1. வாழுங்கலை (இரண்டாம் பதிப்பு)		1 -	75
2. தமிழ்மொழி வரலாறு (இரண்டாம் பதிப்பு) தமிழாக்கம் : ச. செயப்பிரகாசம்		20 -	00
3. மொழியியல் விளையாட்டுக்கள்		4 -	50
4. கானல்வரி	மலிவுப் பதிப்பு	12 -	50
	நூலகப் பதிப்பு	20 -	00
5. குலசேகரர்	மலிவுப் பதிப்பு	6 -	00
	நூலகப் பதிப்பு	10 -	00
6. நீங்களும் சுவையுங்கள்	மலிவுப் பதிப்பு	6 -	00
	நூலகப் பதிப்பு	10 -	00
7. தேனிப்பு		3 -	00
8. பிறந்தது எப்படியோ?	மலிவுப் பதிப்பு	4 -	00
	நூலகப் பதிப்பு	8 -	00
9. வள்ளுவரும் மகளிரும்	மலிவுப் பதிப்பு	5 -	00
	நூலகப் பதிப்பு	10 -	00
10. தமிழா நினைத்துப் பார்			
TAMIL A BIRD'S EYEVIEW		30-00	
FOREIGN MODELS IN TAMIL GRAMMER		30-00	